



AKADEMIA ALTERNATIVA

Študijný odbor: Umelecké terapie

Modul B: Arteterapia

ABSOLVENTSKÁ PRÁCA

**Využitie arteterapie na zlepšenie sociálnej klímy
v školskej triede, žiakov šiesteho ročníka,
v Súkromnej spojenej škole**

Autor práce: Mgr. Mariana Danielova

2024

Prehlásenie:

Prehlasujem, že som absolventskú prácu vypracovala samostatne s použitím uvedenej literatúry.
Súhlasím, aby práca bola sprístupnená k študijným a propagačným účelom.

V Martine 27.04.2024

Mgr. Mariana Danielova

ABSTRAKT

DANIELOVA, Mariana. *Využitie arteterapie na zlepšenie sociálnej klímy v školskej triede,, žiakov šiesteho ročníka v Súkromnej spojenej škole*. Martin, 2024. Absolventská práca. Akademia Alternatíva. Vedúca práce: Mgr. Markéta Vykoukalová Dvořáková, DT.

Absolventská práca hovorí o využití arteterapie na zlepšenie sociálnej klímy v školskej triede, žiakov šiesteho ročníka, v Súkromnej spojenej škole. Práca je rozdelená do dvoch hlavných častí: teoretickej a praktickej. V teoretickej časti sa zaoberáme arteterapiou, jej definíciou a technikami. Oboznámili sme sa bližšie aj s pojmami škola, školská trieda a klíma školy a triedy. Praktická časť prezentuje štúdiu arteterapeutických intervencií implementovaných v triede šiestakov. Popisuje priebeh sedení, použité aktivity a výsledky dosiahnuté v oblasti sociálnej klímy. Práca tiež analyzuje vplyv arteterapie na vzájomné vnímanie žiakov, ich sebavedomie a schopnosť empatie, pri zlepšení sociálnej klímy v triede.

Kľúčové slová: arteterapia, sociálna klíma, školská trieda, žiaci,

ABSTRACT

DANIELOVA, Mariana. *The use of art therapy for improving the social climate in the classroom of sixth grade in the Private basic school.* Martin, 2024. Graduate thesis. Akademia Alternatíva. Supervisor: Mgr. Markéta Vykoukalová Dvořáková, DT.

The graduate thesis deals with the use of art therapy for improving social climate in the classroom of sixth grade in the Private basic school. The work is divided into two main parts: theoretical and practical. We deal with art therapy, its definition and techniques in the theoretical part. We also get to know with the terms school, classroom and its climate. Practical part presents a study of art therapy intervention which are implemented into class of sixth grade. It describes the course of sessions, the activity used and the results achieved in the area of social climate. The work also analysis the impact of art therapy in student's confidence and ability to empathize while improving the social climate in the classroom.

Key words: art therapy, social climate, classroom, students,

OBSAH

ÚVOD	7
TEORETICKÁ ČASŤ	8
1 ARTETERAPIA.....	8
1.1 Vymedzenie pojmu arteterapia	8
1.2 Zásady arteterapie	10
1.3 Arteterapeutické metódy	11
1.4 Prepojenie arteterapie s pedagogickým prostredím	14
2 KLÍMA ŠKOLY A TRIEDY	16
2.1 Vymedzenie pojmu škola a školská trieda	16
2.2 Klíma školských tried	17
2.3 Vplyv sociálnych zručností na sociálnu klímu v triede	18
3 SOCIÁLNA SKUPINA.....	20
3.1 Školská trieda – malá sociálna skupina.....	21
3.2 Metodológia arteterapeutického výskumu	21
PRAKTICKÁ ČASŤ	22
4 PRÍPRAVA NA ARTETERAPEUTICKÉ SEDENIA	22
4.1 Kazuistiky	23
4.2 Arteterapeutická intervencia v školskej triede	26
4.2.1 Arteterapeutická intervencia v školskej triede : Prvé sedenie	26
4.2.2 Arteterapeutická intervencia v školskej triede : Druhé sedenie.....	28
4.2.3 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Tretie sedenie	30
4.2.4 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Štvrté sedenie	32
4.2.5 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Piate sedenie.....	33
4.2.6 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Šieste sedenie	35
4.2.7 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Siedme sedenie.....	38
4.2.8 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Ôsme sedenie	40
4.2.9 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Deviate sedenie	43
4.2.10 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Desiate sedenie.....	47
4.2.11 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Jedenáste sedenie	50
4.2.12 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Dvanáste sedenie.....	53
4.2.13 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Trináste sedenie.....	55
4.2.14 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Štrnásť sedenie.....	57
4.2.15 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Pätnáste sedenie	58
4.2.16 Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Šestnásť sedenie.....	60

5	HODNOTENIE VSTUPNÝCH A VÝSTUPNÝCH TESTOV	64
5.1	Hodnotenie projektívneho testu – KRESBA POSTAVY	64
5.2	Hodnotenie projektívneho testu – KRESBA DOMU	69
5.3	Hodnotenie projektívneho testu – KRESBA STROMU	73
5.4	Hodnotenie projektívneho kresebného testu – ZAČAROVANÁ TRIEDA	79
5.5	Vyhodnotenie Rosenbergovej škály sebahodnotenia.....	84
5.6	Vyhodnotenie sociometrického testu	85
6	ZHRNUTIE	86
	ZÁVER	89
	ZOZNAM GRAFOV	90
	POUŽITÁ LITERATÚRA	91
	PRÍLOHY	Chyba! Záložka nie je definovaná.

ÚVOD

V súčasnej pedagogickej praxi sa stále viac kladie dôraz na komplexný rozvoj žiakov, zahŕňajúci nielen akademické schopnosti, ale aj sociálnu a emocionálnu pohodu.

Táto absolventská práca sa zaoberá preskúmaním účinnosti arteterapeutických intervencií na zlepšenie sociálnej dynamiky v školskom prostredí, konkrétne v triede šiesteho ročníka v Súkromnej základnej škole. Šiesty ročník predstavuje žiakov v kritickom období formovania sociálnych zručností a vzťahov, čo robí túto skupinu ideálnym subjektom pre preskúmanie účinkov arteterapie na sociálnu klímu.

Cieľom tejto práce je priniesť hlbšie pochopenie toho, ako arteterapia môže zohrať konštruktívnu úlohu v podpore sociálneho interakčného kontextu triedy a prispieť celkovej pozitívnej atmosfére, interakciám a vzájomnej empatii medzi žiakmi.

V teoretickej časti sa budeme venovať arteterapii, kde sa zameriame na vymedzenie pojmu arteterapia, zásady a arteterapeutické metódy a ich prepojenie s pedagogickým prostredím.

Praktická časť bude venovaná prezentácii arteterapeutického programu, ktorý bol implementovaný v triede šiestakov v Súkromnej základnej škole. Popisovať sa bude priebeh stretnutí, použité aktivity a dosiahnuté výsledky v oblasti sociálnej klímy triedy. V práci preskúmame aj ako arteterapia ovplyvňuje vnímanie žiakov navzájom, ich sebavedomie a schopnosť empatie.

V závere práce budeme odpovedať na stanovené výskumné otázky, čím zhodnotíme, aký vplyv má arteterapia na sociálnu klímu v triede a vzájomné vzťahy medzi žiakmi.

TEORETICKÁ ČASŤ

ARTETERAPIA

Arteterapia je pomerne mladý a dynamicky sa rozvíjajúci svojbytný obor, ktorý sa etabloval v 20. storočí. Dnes je arteterapia uznávaná ako účinný spôsob terapeutického pôsobenia v oblasti psychického zdravia a osobného rozvoja. Jej aplikácia pokrýva širokú škálu populácií a ich problémov, čím poskytuje kreatívny a inovatívny prístup k podpore psychického blaha (Šicková–Fabrici, 2008). Táto forma terapie umožňuje jedincovi vyjadriť svoje pocity, myšlienky a skúsenosti prostredníctvom tvorivých aktivít, čo môže viesť k hlbšiemu porozumeniu seba samého ako aj k psychickému uzdraveniu (Šicková, 2006).

Vymedzenie pojmu arteterapia

V širšom zmysle slova arteterapia zahŕňa rôzne terapeutické postupy ako sú maľba, kresba, modelovanie, ale aj hudba, tanec, divadlo (Šicková – Fabrici, 2008).

V užšom zmysle slova arteterapia označuje konkrétny terapeutický prístup, kde umenie a tvorba slúžia ako prostriedok pre terapeutický proces. Arteterapia v užšom zmysle slova môže byť využívaná v širokej škále terapeutických kontextov, jej cieľom je nielen vytváranie umenia, ale aj podpora psychickej pohody ako aj liečba prostredníctvom tvorivého procesu (Šicková, 2006).

Neexistuje jednotná definícia pre pojem arteterapie, ale v zásade môžeme uviesť, že táto forma terapie sa obvykle týka výtvarného umenia (Grohol, 2008).

V definícii Campellovej (2000, s. 12) je súčasťou výtvarného umenia vytváranie vizuálnych foriem. Umením tu rozumieme samotný proces tvorby, rovnako ako i jeho výsledok. Pri tejto činnosti sa využíva jedna alebo viacej techník a prostriedkov, pričom pracujeme buď na ploche (maľba, kresba, grafika), alebo v priestore (modelovanie).

Stiburek (2000, s. 35) poukazuje na cieľ arteterapie: „Arteterapia, pracuje najmä s tvorbou a reflexiou zameranou na proces či produkt. Prvoradým cieľom nie je, vytvorenie umeleckého diela, ale prostredníctvom sebavyjadrenia, rozvíjania tvorivosti, schopnosti komunikovať a spracovaním osobne významnej témy dosiahnuť odstránenie alebo zmiernenie obtiaží chorého človeka.“

Arteterapia sa aplikuje umením, ktoré sa využíva pri intervencii na pomoc postihnutým, alebo narušeným jedincom, alebo skupinám. Cieľom arteterapie je navrátiť človeka do stavu harmónie so sebou samým a jeho okolím prostredníctvom umeleckých techník. Tento terapeutický prístup zahŕňa

rôzne umelecké techniky a postupy s cieľom ovplyvniť sebahodnotenie, zvýšiť sebavedomie, integrovať osobnosť a poskytnúť pocit zmysluplného naplnenia života (Šicková-Fabricsi, 2008).

Arteterapia sa zakladá na niekoľkých hlavných zásadách, ktoré podporujú jej terapeutický prístup a efektívnosť. Medzi hlavné zásady arteterapie patria:

- **Tvorivý proces** – je dôležitým prvkom arteterapie (Grohol, 2008).

Jednou z kľúčových myšlienok arteterapie je dôraz na samotný tvorivý proces a jeho význam vo vývoji klienta. V súvislosti s tým arteterapeutka Cathy Malchoidy (2006) zdôrazňuje, že proces tvorby umeleckého diela je rovnako dôležitý, ak nie aj dôležitejší, než konečný výsledok.

- **Výraz a samovyjadrenie** – arteterapia podporuje individualitu a samovyjadrovanie.

Umenie sa stáva jazykom na vyjadrenie myšlienok, pocitov a skúseností, ktoré môžu byť ťažko vyjadrené slovami. Podľa Judith Rubin (2008), ktorá patrí medzi významné osoby v oblasti arteterapie, tvorba umenia umožňuje vyjadriť myšlienky, ktoré môžu byť ťažko, alebo sú dokonca nevyjadriteľné slovami.

- **Bezpečné prostredie** – arteterapia vytvára bezpečné a podporujúce prostredie pre klienta, aby mohol otvorene vyjadrovať svoje pocity a pohodlne experimentovať s tvorivým procesom.
- **Reflexia a sebaanalýza** – klient je povzbudzovaný k reflexii nad svojimi vlastnými tvorbami a skúsenosťou, ako i pocitmi počas tvorby.

Arteterapia poskytuje priestor na sebaanalýzu a skúmanie vnútorného sveta klienta. Terapeutka Natálie Rogers (2011) vysvetľuje slovami – umenie vytvára priestor pre reflexiu nad tým, kto sme, ako sa cítime a ako sa pozeráme na svet.

- **Prispôsobivosť** – arteterapia je flexibilná a prispôsobuje sa potrebám a schopnostiam klienta.
- **Význam symbolov** – symboly vytvorené v umení majú hlboký význam.

Tento význam potvrdzuje aj Schun McNiff (2015) slovami – umenie je jazykom symbolov, ktorý prekračuje hranice verbálneho vyjadrovania. Arteterapia sa zameriava na skúmanie a porozumenie týchto symbolov, ktoré môžu odhaľovať nevedomé aspekty klientovej psychiky (Grohol, 2008).

- **Terapeutický vzťah** – dôvera a vzájomný vzťah medzi arteterapeutom a klientom sú kľúčové pre úspešný terapeutický proces.

Arteterapeut poskytuje podporu a vedenie v rámci tvorivého vývoja klienta (Grohol, 2008).

- **Rôznorodosť techník a materiálov pri tvorbe** – arteterapia využíva rôzne umelecké techniky, podľa potrieb klienta.

Maľba, kresba, modelovanie, sú iba niektoré z možností. Rôznorodosť umeleckých techník a materiálov umožňuje klientovi objavovať a vyjadrovať sa v rôznych formách, čo poskytuje priestor pre flexibilitu a individualitu.

Z týchto zásad vzniká komplexný terapeutický prístup, ktorý umožňuje klientom objavovať svoj vnútorný svet a riešiť psychické výzvy prostredníctvom tvorivého procesu.

Zásady arteterapie

V rámci arteterapií rozlišujeme dva základné prístupy: individuálnu arteterapiu a skupinovú arteterapiu.

- **Individuálna arteterapia** je terapeutický proces, kde klient pracuje s arteterapeutom individuálne (má terapeuta iba pre seba).

Tento prístup umožňuje klientovi osobný a intenzívny emocionálny zážitok s tvorivým procesom. V rámci individuálnej arteterapie sa môže arteterapeut sústrediť na jedinečné potreby a výzvy klienta, čím sa umožňuje intenzívna a hlboká reflexia a sebareflexia. Vytváranie výtvarného diela v individuálnej arteterapii slúži ako prostriedok na preklenutie emocionálnych blokov, vyjadrenie utlmených pocitov a hľadanie vnútorného porozumenia (Šicková-Fabrici, 2008).

- **Skupinová arteterapia** sa zameriava na terapeutický proces, kde klient tvorí v rámci skupiny.

Tento skupinový prístup umožňuje interakcie a vzájomnú podporu medzi členmi danej skupiny. Skupinová dynamika môže byť silným faktorom v procese arteterapeutických sedení, umožňujúc klientom zdieľať svoje skúsenosti, učiť sa od seba navzájom a vytvárať podporné a bezpečné prostredie (Campellová, 1998). Skupinová arteterapia prináša mnoho výhod pre účastníkov, rovnako pozitívne ovplyvňuje emocionálne, psychické a sociálne aspekty ich životov. Hlavné výhody skupinovej arteterapie vo všeobecnosti zahŕňajú (Šicková-Fabrici, 2008):

- **Podporu komunikácie** - skupinová dynamika umožňuje účastníkom komunikovať a zdieľať svoje myšlienky, pocity, skúsenosti prostredníctvom umenia – výtvarného vyjadrovania sa.
- **Vytváranie spoločenstva** - skupinová arteterapia posilňuje pocit spolupatričnosti, pretože členovia skupiny zažívajú a delia sa s totožnými problémami, necítia sa v tom sami.
- **Rozvoj sociálnoemocionálnych zručností** – účastníci skupiny sa učia navzájom rozvíjať svoje sociálne a emocionálne zručnosti, prostredníctvom interakcie s ostatnými v kreatívnom prostredí.
- **Zdieľanie emócií** – skupinová arteterapia umožňuje jednotlivcom poskytnutie priestoru na zdieľanie emocionálnych prežitkov, vyjadrenie citov, konfliktov...
- **Podpora zmeny a osobného rastu člena skupiny** – pretože skupinová dynamika môže byť katalyzátorom pre pozitívne zmeny a osobnostný rast, členovia skupiny sa navzájom podporujú a inšpirujú.
- **Inšpirácia** – v rámci skupiny sa jednotlivci môžu navzájom inšpirovať nápadmi a tvorivými riešeniami.

- **Totožnosť problémov (tém)** – skupinová arteterapia môže mať zameranie na konkrétne témy alebo ciele v rámci skupiny, čím sa umožňuje presná a cielená práca so skupinou.
- **Rôznorodosť perspektív** – v skupinovej arteterapii sa stretávajú rôzne perspektívy a životné príbehy, čo prispieva k rôznorodosti samého arteterapeutického procesu.
- **Zlepšenie sebaúcty** – účastníci skupiny môžu zažiť posilnenie svojej sebaúcty prostredníctvom pozitívnych interakcií a ocenenia za ich tvorivé vyjadrenie sa (Lieberman, 1984).

Je dôležité zdôrazniť, že každá skupina môže byť odlišná a výhody môžu závisieť od dynamiky skupiny, arteterapeuta a konkrétnych potrieb každého účastníka v skupine.

Arteterapeutické metódy

Arteterapia nepoužíva výtvarný materiál na jednoduchú klasifikáciu alebo vyplňovanie položiek v kresbe či kresebných testoch. Arteterapia sa skôr zaoberá projektívnym a symbolickým aspektom tvorivého procesu, ktorý umožňuje klientom vyjadriť ich vnútorné pocity, myšlienky a skúsenosti prostredníctvom umenia. Ide o hlbší a komplexnejší prístup, ktorý sa sústreďuje na interpretáciu a porozumenie ako samého výtvarného procesu tak aj konečného výsledku tvorby klienta (Caseová, 1995).

Animácia – v arteterapeutickom procese je vhodné používať animáciu hlavne u detí, najmä počas diskusie o ich výtvarnej práci. Tento typ rozhovoru sa uskutočňuje v tretej osobe, kde sa osoba stotožňuje s vecou alebo postavou z obrázka a hovorí v ich mene. Použitie animácie môže pomôcť arteterapeutovi lepšie spoznať osobu a jej potreby, ako by sa to realizovalo priamo. Tento spôsob komunikácie môže byť efektívnejší, pretože často ľudia majú zábrany hovoriť o svojich problémoch, ale ústami niekoho iného verbalizujú svoj problém (Šicková-Fabrici, 2008).

Imaginácia – známa aj ako predstavivosť či fantázia, je pre arteterapiu významným prostriedkom. Táto mentálna schopnosť úzko súvisí s vnútorným svetom jednotlivca a slúži ako spojka medzi materiálnym, fyzickým a duchovným svetom (Šicková-Fabrici, 2008). Každý človek disponuje touto schopnosťou, avšak jej úroveň sa môže líšiť medzi jednotlivcami. Metóda aktívnej imaginácie sa ukazuje ako užitočný nástroj pre hlbšie pochopenie seba samého, uvoľnenie emocionálnych blokov a objasnenie vnímania seba a vzťahov s ostatnými ľuďmi. V rámci arteterapie je riadená imaginácia, kde arteterapeut poskytuje podnety človeku s cieľom vyvolať obrazy podľa voľby arteterapeuta. Umožňuje to lepšie pochopenie obrazov pomocou zachytených a zhmotnených tých istých obrazov a pracuje s nimi pomocou terapeutického procesu s klientom.

Koncentrácia – v kontexte mandál predstavuje tušenie centra osobnosti, určitý centrálny bod vo vnútri duše, ku ktorému všetko sústreďuje a podľa ktorého sa organizuje všetko. V arteterapii slúži ako prostriedok na zlepšenie koncentrácie a meditácie, je to nástrojom pre sebaopoznávanie. Kresba

mandál umožňuje jednotlivcom uvedomiť si ich vlastnú hodnotu a miesto vo svete (Šickova-Fabricsi, 2008).

Rekonštrukcia – táto technika je zaujímavá pre všetky vekové kategórie a aj typy postihnutia. Rekonštrukcia sa zameriava na skladanie rôznych fragmentov, napríklad pri tvorbe koláže. Okrem koláže sa dá táto technika použiť aj v plastickej podobe. Táto forma rekonštrukcie je vhodná aj pre deti s rôznymi postihnutiami. Touto technikou sa okrem iného buduje fantázia a kreativita (Šickova-Fabricsi, 2008).

Reštrukturalizácia - predstavuje opätovné usporiadanie celku z rozbitých, roztrhaných častí. Môže ísť o predmety, hračky, výkresy, noviny a pomocou nových pohľadov rekonštruujú rozbité časti do nových celkov.

Transformácia – je metóda, v ktorej sa jedinec umelecky vyjadruje prenášaním pocitov z jednej senzorickej oblasti do druhej (Šickova-Fabricsi, 2008). Tento proces zahŕňa presunutie pocitov z vnímania jedného druhu umeleckého média do iného, napríklad text transformovaný do výtvarnej podoby.

Kresebné testy sú najmä medzi psychológmi a psychiatrami veľmi zastúpené. Používajú sa pri diagnostike napríklad kognitívnych schopností, úrovne jemnej motoriky, senzomotorickej koordinácie, schopnosti vizuálnej percepcie ale aj pre diagnostiku psychických procesov detí a dospievajúcich (Šicková-Fabricsi, 2008).

V arteterapii sa pri kresebných testoch zdôrazňuje sledovať samotný proces, ktorý prebieha, až sa dostaneme k finálnemu výtvoru. Arteterapeutom sa odporúča sledovať aj tempo práce, spontánne reakcie a správanie sa klienta počas tvorivého procesu. Tieto faktory môžu poskytnúť ďalšie informácie o klientovi a jeho psychickom stave, čo prispieva k celkovému porozumeniu jeho vnútorných procesov a potrieb. V arteterapii sa najčastejšie používa niekoľko projektívnych testov, sú to: kresba postavy, domu, stromu a začarovanej rodiny.

Arteterapeutický projektívny test – kresba ĽUDSKEJ POSTAVY

Projektívny kresebný test ľudskej postavy je veľmi často využívaný v klinickej aj poradenskej praxi. Môžeme ho považovať za štandardnú súčasť testového procesu, bez ohľadu na povahu problémov, ktoré má klient. Jeho hlavnou výhodou je tiež rýchla a jednoduchá základná orientácia v osobnosti klienta. Môže byť vnútorným i vonkajším autoportrétom klienta. Tiež môže projektovať pocity klienta o sebe samom, alebo ideálnom koncepte seba samého. Pri kvalitatívnom hodnotení je dôležité zohľadniť komplexné prevedenie kresby postavy. Jednotlivé znaky nemajú samy o sebe žiadny význam (Svoboda, Krejčířová, Vágnerová, 2021).

Arteterapeutický projektívny test – kresba DOMU

„Kresba domu symbolizuje vlastný obraz dieťaťa, obraz jeho tela, jeho vyspelosť, kontakt s realitou a citovú zrelosť. Experti projektívnych kresieb sa domnievajú, že je i reflexia rodičovského

domova a vzťahu k rodičom a súrodencom“ (Šicková-Fabrici, 2008, s. 106). Pri analyzovaní domu arteterapeut berie do úvahy viaceré faktory, ako je veľkosť, umiestnenie, kvalita čiar, prípadná transparentnosť, perspektíva a detaily ako okná, dvere, komín alebo strecha. Každý z týchto detailov nesie svoju vlastnú symboliku. Výskum ukázal, že u detí vo veku šesť až sedem rokov sa práve dom objavuje v až 60 % ich spontánnych kresieb, čo poukazuje na jeho význam ako výrazného symbolu vo vnímaní a vyjadrovaní detí (Svoboda, Krejčířová, Vágnerová, 2021).

Arteterapeutický projektívny test – kresba STROMU

Využitím kresby stromu sa zaoberalo niekoľko autorov, najznámejší z nich je „Der Bautest“ Karla Kocha, ktorý bol vydaný prvýkrát v roku 1949. Český manuál k hodnoteniu kresby stromu Z. Altmana bol vydaný v roku 1998. Test stromu je k určaniu rôznych zložiek osobnosti a ich dynamike. Prostredníctvom tohto testu dajú sa diagnostikovať aj niektoré osobnostné vlastnosti ako sú napríklad introvertnosť, extrovertnosť, niektoré spôsoby emočného prežívania a reagovania ako i postoj k svetu a sebe samému (Svoboda, Krejčířová, Vágnerová, 2021). „Z. Altman (1997) pripomína, že jednou z hlavných výhod tejto metódy je možnosť odhaliť potlačené a nevedomé stránky osobnosti, ktoré posudzovaný jedinec často nechce alebo nedokáže inak povedať“ (Svoboda, Krejčířová, Vágnerová, 2021, s. 295). Hodnotenie kresby stromu môže zahŕňať dva aspekty: formu a obsah. Forma sa týka spôsobu, ako je kresba vykonaná, zatiaľ čo obsah sa týka, čo je na kresbe zobrazené. Je vhodné začať s celkovým hodnotením, ktoré zahŕňa hodnotenie veľkosti a umiestnenie kresby a postupovať k analýze jednotlivých dominantných znakov a ich významu (Altman, 1998).

Arteterapeutický projektívny test – kresba RODINY

Kresbu rodiny je možné interpretovať ako symbolické vyjadrenie dynamiky tejto základnej sociálnej skupiny, tak ako ju dieťa vníma a prežíva. Test kresby rodiny slúži na získanie informácií o spôsobe, akým dieťa vníma svoju rodinu, či už ako celok alebo jednotlivých členov a ako hodnotí ich postavenie. Spôsob akým dieťa zobrazuje svoju rodinu, reflektuje jeho osobné názory, postoje a emócie a odráža subjektívny pohľad dieťaťa na túto sociálnu štruktúru. Dôležitým aspektom je aj samé spracovanie kresby rodiny a jej celkové poňatie. Napríklad či je rodina zobrazená ako obyčajný zoznam rodiny, alebo či má kresba nejakú základnú ideu (rodina je poňatá ako pracovné či zábavné spoločenstvo, alebo má každý člen vymedzenú svoju pozíciu a robí to, čo je pre neho typické). Kresba rodiny sa používa aj ako súčasť testovej batérie v klinickej a poradenskej praxi. Je užitočná v takých situáciách kde je potrebné zistiť ako dieťa vníma a hodnotí vlastnú rodinu, rodinné vzťahy a svoju pozíciu v tomto spoločenstve. Z. Matejček a I. Strohbachová odporúčajú kombinovať kresbu rodiny s kresbou začarovanej rodiny (Svoboda, Krejčířová, Vágnerová, 2021).

Kresba ZAČAROVANEJ RODINY

Stimuluje vo väčšej miere symbolické spracovanie zážitkov a postojov k vlastnej rodine. Spôsob premeny jednotlivých postáv možno chápať ako určitú symboliku, ktorej význam je zaheslovaný a dieťa si ho nemusí uvedomovať. Takýmto spôsobom je schopné zdieľať informáciu, ktorú by inak vyjadriť nevedelo, prípadne ani nechcelo. Metóda sa často nachádza aj ako súčasť testovej batérie. Možno ho použiť pri individuálnom ako aj skupinovom arteterapeutickom sedení (Svoboda, Krejčírová, Vágnerová, 2021).

Sociometrický test podľa J. L. Morena

Sociogram predstavuje nástroj, ktorý mapuje vzťahy medzi jednotlivými členmi skupiny. Tento model zobrazuje primárne sociálne interakcie v rámci skupiny, vrátane vzájomných väzieb a existujúcich podskupín. Pomáha nám zistiť hlbšie pochopenie dynamiky skupiny a správanie jej jednotlivých členov. Za autora tejto metódy je považovaný americký psychiater J. L. Moreno. Moreno uvádza niekoľko sociometrických testov, no najpoužívanejší je sociometrický test. Najčastejšie sa používa dotazníková forma, kde sa používajú otázky sociometrického charakteru. Informácie získané od členov skupiny môžeme spracovať tromi spôsobmi: sociometrickou maticou, sociogramom a sociometrickým indexom.

Rosenbergova škála sebahodnotení

Škálu sebahodnotenia vytvoril M. Rosenberg v roku 1965. Táto škála bola pôvodne určená pre adolescentov, neskôr i v iných vekových kategóriách. Škála obsahuje 10 položiek, ktoré sú zamerané na sebahodnotenie. Táto škála môže byť užitočným doplnkom všade tam, kde je pre celkové hodnotenie dôležitá znalosť sebahodnotenia (napríklad pri školskej neúspešnosti), môže sa hodiť aj na vyšetrenie jedincov s rôznymi ťažkosťami v oblasti sociálnej adaptácie, s emočnými problémami a pod. (Svoboda, Krejčírová, Vágnerová, 2021).

Prepojenie arteterapie s pedagogickým prostredím

Prepojenie arteterapie s pedagogickým prostredím – školou, predstavuje inovatívny prístup k vzdelávaniu. Arteterapia môže významne prispieť k celkovému rozvoju žiakov a tiež vytvárať pozitívne vzdelávacie prostredie. V rámci pedagogického prostredia arteterapia môže byť využitá na podporu emocionálnej regulácie, sociálnych zručností ako aj mentálnej spokojnosti žiakov. Tým, že umožňuje žiakom vyjadriť svoje myšlienky a pocity prostredníctvom výtvarných techník, arteterapia podporuje sebahodnotenie a rozvoj emocionálnej inteligencie. Navyše arteterapia môže byť efektívnym

nástrojom pri riešení špecifických výziev, s ktorými sa žiaci môžu stretávať v školskom prostredí, ako je stres, úzkosť alebo aj problémy so sebavedomím. Arteterapia v škole môže prispieť k zvýšeniu schopnosti žiakov zvládať náročné situácie a vyrovnávať sa s tlakmi, ktoré prináša školské prostredie. Takýmto spôsobom by sa v školskom prostredí zohľadňovala individualita každého žiaka. Zahrnutie arteterapie do pedagogického prostredia môže mať pozitívny vplyv na kvalitu vzdelávania a prispieť k celkovému blahu žiakov (Maksić, 2002).

Reformy v oblasti vzdelávania ukazujú, že vzdelávacie a výchovné ciele sú relatívne a vyžadujú vysokú flexibilitu pri ich stanovení. Stále existujú dilemy ohľadom toho, aké vedomosti a zručnosti by mladí ľudia mali získať. Mladých ľudí by sme mali viesť a pripraviť ich tak, aby dosiahli profesijný, spoločenský a osobný úspech, ktorý ich bude viesť k pocitu úspechu a spokojnosti so svojím životom.

KLÍMA ŠKOLY A TRIEDY

Pojem „klíma“ má pôvod z gréckeho slova, ktoré označuje podnebie. V bežnom živote sa však používa aj na opis určitého prostredia, atmosféry alebo prejavu činnosti. Napríklad hovoríme o tom, že klíma bola výborná, alebo, že klíma nebola príliš priaznivá pre danú udalosť. Tento výraz sa v oblasti pedagogiky začal využívať vo vzťahu k popisu prostredia školy, triedy. Odkazuje na atmosféru, vzťahy a spôsob interakcie v danom vzdelávacom prostredí. Klíma školy môže celkovo ovplyvňovať celkový priebeh vzdelávacieho procesu a vytvárať podmienky pre úspešné učenie a rozvoj žiakov (Košťrnová, 2014).

Vymedzenie pojmu škola a školská trieda

Konceptualizácia **školy** ako vzdelávacej inštitúcie bola a stále je podrobená analýze z dôvodu pestrého spektra perspektív, zásad, kritérií, vyplývajúcich z rôznych filozofických a teoretických pohľadov. V dôsledku toho existujú rôzne definície školy, ktoré sa odlišujú v presnosti, výstižnosti, všeobecnosti a vhodnosti.

V Zákone č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) uvádza sa nasledovná definícia základnej školy: „Základná škola v súlade s princípmi a cieľmi výchovy a vzdelávania tohto zákona podporuje rozvoj osobnosti žiaka vychádzajúc zo zásad humanizmu, rovnakého zaobchádzania, tolerancie, demokracie a vlastenectva, a to po stránke rozumovej, mravnej, etickej, estetickej, pracovnej a telesnej. Poskytuje žiakovi základné poznatky, zručnosti a schopnosti v oblasti jazykovej, prírodovednej, spoločenskovednej, umeleckej, športovej, zdravotnej, dopravnej a ďalšie poznatky a zručnosti potrebné na jeho orientáciu v živote a v spoločnosti a na jeho ďalšiu výchovu a vzdelávanie. Základná škola zabezpečuje výchovu a vzdelávanie prostredníctvom vzdelávacích programov, ktoré poskytujú základné vzdelanie podľa § 16 ods. 3.“

Školská trieda je formálna skupina žiakov, ktorá je organizovaná v rámci vzdelávacieho systému. Táto skupina sa vytvára na základe organizačných štruktúr školy. Školská trieda predstavuje rozsiahlejšiu spoločenskú jednotku. Ide o formálnu skupinu, ktorá vzniká na základe organizovaného vzdelávacieho procesu a nie spontánne.

V každej triede sa nachádzajú jedinečné osobnosti, pretože každý žiak prináša svoje vlastné schopnosti a charakter. Interakcie medzi členmi triedy vytvárajú pestrú mozaiku vzťahov, kde sa objavujú priateľstvá, spolupráca a iná sociálna dynamika. Trieda tak nie je iba miestom vzdelávania, ale aj priestorom formovania spoločenských vzťahov a rozvoja jednotlivcov v skupine.

Klíma školských tried

Základom väčšiny definícií klímy je tvrdenie, že táto klíma, bez ohľadu na to, či je pozitívna alebo negatívna, vždy existuje ako organizačný atribút školy. Ako sa uvádza v literatúrach, školská klíma je univerzálna a má svoju prítomnosť v historickom ale aj geografickom kontexte. Hoci školskú klímu možno definovať rôzne, žiaci, učitelia, rodičia ale aj výskumníci si vytvoria častokrát dojem o atmosfére v škole hneď ako do nej vstúpia (Popović-Čitić, Đurić, 2018).

Školská klíma je etablovaná ako relatívne trvalým charakterom danej inštitúcie, ktorá odráža správanie všetkých subjektov zahrnutých v školskom systéme a predstavuje ich spoločné vnímanie aktuálnych situácií v školskom prostredí. „Klíma školy je sociálno-psychologická premenná, ktorá vyjadruje kvalitu interpersonálnych vzťahov a sociálnych procesov, ktoré fungujú v danej škole tak, ako ju vnímajú, prežívajú a hodnotia učitelia, žiaci, zamestnanci školy. Súčasťou klímy školy je napríklad klíma učiteľského zboru, klíma školských tried, celkového prostredia školy a iné“ (Průcha, Walterová, Mareš, 1998, s. 107).

Kvalita klímy v triede je formovaná a ovplyvňovaná rôznymi faktormi, zároveň však sama ovplyvňuje učiteľov a žiakov v ich postojoch k vzdelávaniu, ich motivácii, kreativite a výkonnosti. Zahŕňa súbor hodnôt a noriem, ako aj spoluprácu medzi učiteľom a žiakom a podporuje rôzne aspekty v učebnom prostredí, s čoho možno konštatovať, že ide o veľmi komplexný a rôznorodý jav (Hanuliaková, 2010).

Termín „atmosféra triedy“ je pomerne úzky, označuje aktuálnu krátkodobú situáciu v triede, ktorá sa môže meniť počas dňa alebo dokonca počas jednej vyučovacej hodiny. Naopak „klíma triedy“ je stredne intenzívny termín a vyplňa miesto medzi učebným prostredím a atmosférou v triede. Je dlhodobý fenomén, ktorý je charakteristický pre danú triedu. Formuje sa priebežne v priebehu mesiacov a mení sa iba pomaly (Gavora, 1999).

„Klíma triedy v sebe odráža tiež spôsob riadenia triedy, charakter komunikácie, interakcia žiakov a učiteľov, študijný a sociálny rozvoj žiakov (Wardová 1994, s.43).“

Do oblasti – klíma triedy – patria rôzne faktory, vrátane materiálnych podmienok, ako je dostatočné vybavenie učebnými pomôckami, primeraný čas a vhodný počet žiakov v triede. Zahŕňa aj sociálny kontext, ktorý poskytuje príležitosť pre žiakov komunikovať a byť počúvaní bez diskriminácie. Ďalej sú k tomu pridávané aspekty programu práce, ako sú požiadavky prispôsobené schopnostiam žiakov, dobre organizovaná triedna práca a dostatok času na riešenie úloh. Podpora procesu učenia zahŕňa učiteľskú pomoc pre žiakov, jasné a stručné výklady a zabezpečenie toho, aby žiaci mali pocit, že sa niečo nové naučili. Rodičia oceňujú čisté a účelné vybavené učebne, pričom učitelia sa snažia vytvoriť príjemné učebné prostredie, prispôsobiť tempo výučby individuálnym potrebám žiakov a vzbudiť záujem o daný predmet. Výsledkom je motivovaná skupina žiakov, ktorí sú ochotní prijať pomoc, spolupracovať s ostatnými a sú hrdí na svoju prácu a pritom sa snažia dosiahnuť čo najlepšie

výsledky (Nezvalová, 2002). „Klímu triedy a vyučovaciu klímu nemožno od seba oddeľovať. Je medzi nimi interpersonálny vzťah. Klíma triedy ovplyvňuje vyučovaciu hodinu a platí to aj naopak“ (Koštrnová 2014, s.11).

Faktory ovplyvňujúce atmosféru v triede a výučbovú klímu, podľa viacerých autorov zahŕňajú:

- „komunikačné a vyučovacie prostriedky, ktoré sa delia na komunikačnú klímu suportívnu (ústretovú, podpornú) a komunikačnú klímu defenzívnu (obrannú),
- počet žiakov v triede,
- lokalizácia miesta žiaka v triede, takzvané akčné zóny (zasadací poriadok v triede),
- uprednostňovanie niektorých žiakov, pričom vznikajú dve skupiny – prvá skupina v komunikácii aktívna a druhá komunikácia pasívna“ (Koštrnová 2014, s. 12).

Vplyv školskej a triednej klímy je dôležitým aspektom pri diagnostike jednotlivých žiakov. Ak sú informácie o klíme v triede spoľahlivé, uľahčuje to výchovným poradcom, školským psychológom, špeciálnym pedagógom a sociálnym pedagógom pri diagnostikovaní správania žiakov (Čáp, Mereš 2001).

„Klíma školskej triedy je jednou z premenných edukácie, prostredníctvom ktorej je možné prispieť k výchove žiaka a dieťaťa. Usmerňovanie a podporovanie nekognitívnych funkcií a dimenzií tvorivo-humanistickej výchovy predstavuje na druhej strane kľúčový činiteľ pri formovaní a rozvíjaní výchovného momentu klímy triedy“ (Koštrnová 2014, s. 22).

Vplyv sociálnych zručností na sociálnu klímu v triede

Signifikantným pilierom a ukazovateľom optimálnej a kvalitnej triednej klímy je význam sociálnych kompetencií u žiakov, ktorí sa podieľajú na jej vytváraní.

Gavoru (1999, s. 137) „klíma triedy vyjadruje, do akej miery je žiak v triede spokojný, či si žiaci vzájomne dostatočne rozumejú, aký je stupeň súťaživosti a konkurencie medzi nimi a aká je súdržnosť triedy.“ Táto definícia zdôrazňuje dôležitosť vybraných sociálnych kompetencií žiakov. Sociálne kompetencie môžeme kategorizovať do dvoch základných skupín:

- Sociálne zručnosti / spôsobilosti vzťahujúce sa na vlastnú osobnosť žiaka.
- Sociálne zručnosti / spôsobilosti žiaka v kontexte sociálnych štruktúr a vzťahov (Hanuliaková, 2010).

Podľa prvej skupiny – úspešná socializácia žiaka vyžaduje aktívny rozvoj a podporu sociálnych zručností, ktoré sú zamerané na individuálnu osobnosť žiaka. Jeho vnímanie seba samého a jeho roly v kolektíve triedy sú kľúčovými faktormi, ktoré ovplyvňujú ďalší rozvoj sociálnych zručností. Tento aspekt sa prejavuje v žiakovom vyjadrení sa, motivácii, hodnotení vlastnej osoby, sebauvedomení a schopnosti spolupracovať s ostatnými. Sebapresadzovanie a sebaopoznanie žiaka v rovesníckej skupine majú hlboký dosah na jeho interakcie v triede. Ak žiak pociťuje uznanie a prijatie zo strany spolužiakov

a má pozitívny dojem o vlastnej úlohe v triede, tým pozitívnejšie vníma aktuálnu klímu v triede (Hanuliaková, 2010). Je veľmi dôležité podporovať a rozvíjať tieto zručnosti:

- „Schopnosť vedieť počúvať,
- vzájomná akceptácia,
- adekvátne riešiť konflikty,
- sociálne cítenie,
- hodnotové orientácie,
- medziľudské vzťahy,
- prvky prosociálneho správania,
- komunikácia s cieľom sebaaprezentovania a sociálne vzťahy“ (Koštrnová 2014, s. 24).

Sociálne kompetencie žiakov sa prejavujú v rôznych dimenziách, ktoré simultánne ovplyvňujú sociálnu klímu cez:

- „Objavovanie pozitívnych vlastností u druhých,
- prehodnocovanie negatívnych skutočností,
- rešpektovanie a úcta k vzájomným požiadavkám,
- komunikácia podporujúca sebaaprezentáciu a sociálne vzťahy,
- význam žiakov pre život jednotlivca v triede,
- senzibilizácia – scitlivenie žiakov,
- zdôrazňovanie významu kamarátstva a priateľstva, ktoré pomáhajú rozvíjať interpersonálne vzťahy, empatiu, komunikáciu,
- podporovanie kooperatívneho učenia,
- vzájomná závislosť členov skupiny a sociálnej klímy triedy,
- schopnosť empatie,
- vývin a rozvoj prosociálneho správania sa žiakov“ (Koštrnová 2014, s. 25).

Vytváranie pozitívnej sociálnej klímy poskytuje žiakom aj učiteľom možnosť rozvíjať hodnoty ako úcta a zodpovednosť voči sebe aj ostatným. Podporuje pozitívne formovanie sebahodnotenia, posilňuje sebaúctu a schopnosť asertívneho konania. Taktiež umožňuje žiakom rozvíjať zručnosti v rámci medziľudských a priateľských vzťahov, rozpoznávať a efektívne riešiť problémy. Podporovanie kompetencií žiakov, predovšetkým v oblasti sociálnych a personálnych zručností v súvislosti so základnými hodnotami, budovaním a udržiavaním vzťahov s vrstovníkmi a rešpektovaním druhých ľudí tvorí základné piliere kvalitných a harmonických vzájomných vzťahov v rámci vzdelávacieho procesu.

SOCIÁLNA SKUPINA

Sociálna skupina v sociologickom kontexte predstavuje kolektív jednotlivcov, ktorí sú vzájomne prepojení sociálnymi vzťahmi a vzájomným pôsobením. Táto interakcia môže byť formálna – organizovaná podľa špecifických pravidiel a hierarchií, alebo neformálna – kedy štruktúra nie je explicitne definovaná. Ľudia v sociálnych skupinách zdieľajú spoločné hodnoty, normy, záujmy alebo ciele, čo vytvára spoločný kontext pre ich vzájomné vzťahy (Popović, Ćirić, Đurić, 2018).

V sociálnej skupine dochádza k vzájomnému ovplyvňovaniu jednotlivcov a to nielen v rámci ich správania, ale aj v ich postojoch a vnímaní okolia. Sociálne skupiny môžu zahŕňať malé jednotky ako rodiny ale aj pracovné tímy. Môžu sa rozšíriť aj do väčších celkov, komunit. Rozmanitosť sociálnych skupín prispieva k formovaniu jednotlivcov a k vytváraniu sociálnych vzťahov na rôznych úrovniach spoločenskej organizácie (Popović, Ćirić, Đurić, 2018).

Delenia skupiny môžu byť realizované z viacerých perspektív a v rôznych kontextoch, pričom tieto delenia môžu zohľadňovať rôzne faktory. Delíme ich podľa:

Účelu:

- Formálna skupina – organizovaná s jasným cieľom a štruktúrou, napríklad pracovné tímy v rámci organizácie.
- Neformálna skupina – vzniká spontánne na základe osobných vzťahov a záujmov, nie je oficiálne organizovaná.

Veľkosti:

- Malá skupina – ohraničený počet členov, čo umožňuje intenzívnejšiu interakciu.
- Veľká skupina – väčší počet členov, kde komunikácia môže byť viac formalizovaná.

Funkcie:

- Primárna skupina – zameraná na osobné vzťahy.
- Sekundárna skupina – zameraná na splnenie špecifických cieľov.

Trvania:

- Krátkodobá skupina – existuje len na obmedzený čas na splnenie konkrétnych úloh.
- Dlhodobá skupina – existuje dlhší čas a môže mať trvalý charakter.

Štruktúry:

- Homogénna skupina – členovia majú podobné charakteristiky alebo vlastnosti.
- Heterogénna skupina – má menšinové postavenie a môže byť pod vplyvom dominantnej skupiny.

Tieto delenia môžu byť vzájomne prepojené a zohľadňovať rôzne aspekty interakcie a dynamiky v skupinách (Sejtanović, 2019).

Školská trieda – malá sociálna skupina

Školská trieda predstavuje malú sociálnu skupinu, v rámci ktorej žiaci vzájomne vytvárajú vzťahy a zdieľajú spoločné skúsenosti. Ide o uzavretú skupinu, v ktorej sa formujú sociálne dynamické procesy a hierarchie. V rámci tejto malej skupiny sa žiaci učia spolupracovať, komunikovať a budovať svoju identitu v sociálnom kontexte triedy.

Aby žiaci dosiahli čo najlepší školský úspech, je dôležité aby cítili, že patria do svojej triedy. Podľa Maslowovej hierarchie potrieb, je nevyhnutné uspokojiť potrebu príslušnosti a potvrdenia so strany ostatných, aby dosiahli sebarealizáciu. Táto cesta je sprevádzaná cez vzťahy a interakcie s rovesníkmi (Alić, 2019).

V každej triede existujú rozmanité hodnoty a vzťahy, jedinečné normy, ktoré majú významný vplyv na každého jednotlivca. Mnohí jednotlivci prejavujú nechúť chodiť do školy tj. triedy, pretože sa necítia prijatí medzi rovesníkmi. Toto prispieva k formovaniu negatívneho obrazu o sebe a k izolácii od ostatných spolužiakov. Výskumy ukazujú, že približne 70% konfliktov v súvisí s interakciami medzi rovesníkmi (Sejtanović, 2019).

Metodológia arteterapeutického výskumu

V tejto podkapitole sa bližšie oboznámime s metodológiou, ktorú sme využili pri výskume. Naša metodológia, kombinuje kvalitatívny a kvantitatívny prístup s cieľom poskytnúť komplexnejší pohľad na vplyv arteterapie, na vzťahy medzi žiakmi a celkovú atmosféru v triede. Kombinácia týchto prístupov nám umožňuje získať bohatší a komplexnejší náhľad do účinnosti arteterapeutických intervencií vo vzdelávacom prostredí.

Arteterapeutický výskum charakterizujú nasledujúce body, ktoré nám pomáhajú lepšie porozumieť účinnosti a vplyvu arteterapeutických intervencií na sociálnu klímu v triede.

Výskumné otázky:

1. Má aktívna implementácia v rámci školskej triedy pozitívny vplyv na sociálnu klímu?
2. Posilňuje vytváranie spoločných výtvarných prác v rámci arteterapie vzájomnú kooperáciu a podporu medzi žiakmi v triede?
3. Pomáha výtvarná tvorba založená na sebvýjadrení a emóciách žiakov vytvárať pozitívnu klímu v triede?

Pri výskumnej štúdii sa budú využívať niekoľko metód na získanie komplexného pohľadu na sociálnu klímu v školskej triede. Využijeme tieto metódy:

- sociometrický dotazník (príloha č. 2),
- Rosenbergova stupnica sebahodnotenia (príloha č.3),
- projektívne kresebné testy,
- riadený rozhovor,
- pozorovanie.

Hodnotenie prebehne na základe komplexnej analýzy vstupných a výstupných projektívnych kresebných testov, sociometrických dotazníkov, reflexii žiakov a písomných záznamov. Tieto dáta budú podrobené k hodnoteniu s cieľom zhodnotiť individuálne a skupinové zmeny v sociálnej klíme a emocionálnom rozvoji žiakov. Analytický proces zahŕňa porovnávanie a interpretáciu kresieb pred začiatkom arteterapeutickej intervencie a po jej ukončení, ako aj analýzu odpovedí zo sociometrických dotazníkov a reflexii žiakov. Tieto údaje nám poskytnú relevantné informácie o účinnosti a efektívite arteterapeutických postupov na dosiahnutie stanovených cieľov v kontexte zlepšenia sociálnej klímy v školskom prostredí.

Výsledky šetrenia budú primárnym zdrojom informácií pri analýze a interpretácii odpovedí na stanovené výskumné otázky.

PRAKTICKÁ ČASŤ

PRÍPRAVA NA ARTETERAPEUTICKÉ SEDENIA

Príprava na arteterapeutické sedenie je veľmi dôležitá pre úspešný terapeutický proces, ktorý podporuje emocionálny a psychický rast klienta. Príprava na arteterapeutické sedenie začala zhrnutím kazuistík, na základe čoho bol vypracovaný dotazník a batéria arteterapeutických techník. Dôležitou súčasťou bola aj konzultácia s psychologičkou, ktorá umožňovala získanie spätnej väzby a vedenia v oblasti arteterapie ako aj vyhodnoteniach projektívnych arteterapeutických testoch a sociometrických dotazníkoch.

Príprava na arteterapeutické intervencie:

1. Príprava výtvarných materiálov
2. Kazuistiky

3. Tvorba batérie arteterapeutických techník.
4. Tvorba dotazníkov
5. Arteterapeutická práca s triedou
6. Vyhodnocovanie

Kazuistiky

Školské anamnézy žiakov 6. ročníka

KLÁRA

Žiačka so špecifickými poruchami učenia: dyslexia, dysortografia a sympt. dysgrafia. Klára je na hodinách usilovná a pracovitá, avšak býva neistá, neverí si. S nadväzovaním sociálnej a komunikačnej interakcie s rovesníkmi, prípadne dospelými, nemá výraznejšie problémy. Primerane dokáže verbálne prezentovať svoje potreby a pocity. Bez ťažkostí je schopná sa zapojiť do bežných aktivít rovesníkov a tiež je ochotná pomôcť svojim spolužiakom. V záťažových situáciách sa správa neisto, komunikuje potichu, na poznámku reaguje stiahnutím sa. Klára má dvoch starších súrodencov, keď mala šesť rokov, umretie matky. Dodnes sa vysporiada so stratou. V spoločnej domácnosti žije s ocom, súrodencami a babkou. V domácnosti sa vyskytli aj iné závažné problémy – choroby. Vychovávaná je veľmi ochranárskym spôsobom.

ĽUDMILA

Jedná sa o žiačku so špecifickými poruchami učenia: dyslexia, dysortografia. Žiačka má ťažkosti z dôvodu častej neprítomnosti na vyučovaní. Pracovné úsilie žiačky je ľahostajné. Vo svojich školských veciach a vo svojom okolí udržiava poriadok. Správanie je v súlade so školským poriadkom. Pri skúšaní sa bojí odpovedať, nakoľko si je neistá a nemá utvrdené učivo. Ľudmila má dvoch dospelých súrodencov. V spoločnej domácnosti žije s matkou, výchova je benevolentná. Matka a dcéra sú si veľmi blízke. Ľudmila má v škole a mimo školy veľmi málo kamarátov.

JAKUB

Pracovné tempo žiaka je kolísavé, niekedy je mimoriadne usilovný, inokedy je k práci ľahostajný. Pri vyučovaní neobsedí, vykrikuje, je zbrklý a hravý. Hlasový prejav je hlasný a rýchly. Celková úroveň sa nachádza vo výraznom podpriemere. Žiak so špecifickými poruchami učenia: dyslexia, dysgrafia, dysortografia. V nadväzovaní komunikačnej a sociálnej interakcie s rovesníkmi a dospelými nemá problém. Občas sa objavuje klamstvo a obviňovanie okolia z vlastných neúspechov

a tým sa dostáva do konfliktných situácií. V kolektíve je menej akceptovaný, no aj napriek tomu ochotný každému pomôcť. V škole sa cíti osamelo, mimo školy nemá kamarátov. Svoj voľný čas trávi s otcom na stavbe.

SOŇA

Žiačka so svojimi rovesníkmi vie primerane nadviazať kontakt a sociálnu interakciu. Správanie v škole je bez väčších problémov, k niektorým činnostiam sa správa vzdorovito. Do bežných aktivít spolužiakov v triede sa zapája. V situáciách, ktoré vyžadujú rýchle rozhodnutie je neistá, pri neúspechu prejavuje sklon k ľútosť. Osobnosťou je žiačka kreatívna, usilovná (väčšinou keď ju niečo zaujme), v niektorých situáciách aj nezodpovedná z dôvodu ignorancie. Žiačka so špecifickými poruchami učenia: dyslexia, dysgrafia, dysortografia a dyskalkúlia.

TATIANA

Žiačka je nadaná a mimoriadne usilovná, no neposedná a pri práci zbrklá. Žiačka so špecifickými poruchami učenia: dyslexia, dysortografia a sympt. dysgrafie a ADHD. Vyjadrovacie schopnosti a slovná zásoba veľmi dobrá. Správanie je v súlade so školským poriadkom. Vie byť náladová a často ju aj maličkosť vie rozplakať. V triede sa cíti nepochopená, snaží sa zaujať kamarátov, keď sa to nedarí plače alebo sa hnevá. Vo voľnom čase najradšej tvorí a má rôzne krúžky, ktoré navštevuje. Vyrastá v úplnej rodine.

TOMÁŠ

Žiak je usilovný a pracovitý. Do bežných aktivít v triede sa rád zapája a so spolužiakmi vychádza dobre. Voči autoritám sa správa slušne a snaží sa byť nápomocný. Zátťažové situácie zvláda primerane. Žiak prichádza do školy vždy pripravený. Je to žiak so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami a špeciálno-pedagogickým vyšetrením sa potvrdila prítomnosť špecifických porúch učenia: dyslexia, dysortografia, dyskalkúlia.

PETRA

Žiačka je na vyučovacích hodinách usilovná a pracovitá, no často zasnívaná. Na hodinách je veľmi tichá, svojím správaním nevyrušuje spolužiakov. Vyjadrovacie schopnosti a slovná zásoba je znížená. Výslovnosť mierne dyslalická, občas dysgramatická. Hlasový prejav žiačky je tichší a pomalší. Do bežných hrových aktivít v triede sa nezapája, aktívnejšie sa kamaráti iba s jednou spolužiačkou, ktorá keď nie je v škole, Petra sedí sama. Petra patrí medzi slabších žiakov. Osobnostne je milá a dobrosrdečná. Na základe špeciálno-pedagogického vyšetrenia sa jedná o žiačku, ktorej celkové

edukačné schopnosti sú primárne ovplyvnené aktuálnou úrovňou intelektových schopností ľahké mentálne postihnutie.

PAULÍNA

Žiačka nastúpila do triedy medzi poslednými. Rýchlo sa adaptovala a spoznala spolužiakov. Vyjadrovacie schopnosti a slovná zásoba primeraná veku. V nadväzovaní sociálnej a komunikačnej interakcie so spolužiakmi nemá problém. Spolužiakmi je akceptovaná a patrí medzi obľúbených žiakov. Osobnostne patrí medzi tichšie typy, je skôr introvert. V triede sa nejavia žiadne problémy so spolužiakmi, postupne sa zaraďuje medzi lídrov triedy. Špeciálno-pedagogickým vyšetrením sa potvrdila prítomnosť špecifických porúch učenia: dyslexia, dysortografia a sympt. dysgrafie.

SOFIA

Sofii sa vo vyučovacom procese uvádzajú problémy s poruchou pozornosti, je ľahko vyrušiteľná. Sofia je žiačka s vývinovými poruchami učenia: dysortografia a sympt. dyslexie. Aj napriek týmto problémom je snaživá a na hodinách nevyrušuje. Patrí medzi obľúbených žiakov v triede aj napriek tomu, že má dosť vysokú absenciu školskej dochádzky. Je vodcovský typ a často máva konflikty s ostatnými spolužiakmi.

PETER

Žiak je na hodinách snaživý, ale často vyrušuje. Preto sa pri práci osvedčilo dať mu viacej úloh, aby nemal čas na vyrušovanie. Celkové vyjadrovacie schopnosti sú primerané veku, vyjadruje sa prirodzene. Žiak je neposedný, dokáže ho rozptýliť akýkoľvek podnet v triede. Stáva sa, že spolužiakov provokuje, vyrušuje na hodine a tak sa s nimi často dostáva do konfliktov. Rád púta pozornosť na seba. Voči autoritám sa správa slušne, má však tendenciu prerušovať výklad učiteľa. Nevie zvládnuť kritiku a v záťažových situáciách máva trému. Pri neúspechu má sklon k ľútosti. Žiak má diagnostikované ADHD.

MARTIN

Žiak má momentálne problémy so správaním počas prestávok. Na vyučujúcich hodinách je usilovný, samostatný, ľahko vyrušiteľný, vrtí sa, obzerá. Pri individuálnych aktivitách dosahuje lepšie výsledky. So spolužiakmi je schopný primerane nadväzovať kamarátske vzťahy. Často obviňuje okolie z vlastného neúspechu. Voči iným spolužiakom sa občas vie správať agresívne, ale rovnako tak vie aj pomôcť. V kolektíve je akceptovaný. V záťažových situáciách sa správa neisto, má za potrebu si všetko za každú cenu vydiskutovať. Žiak so špecifickými poruchami učenia : dyslexia, dysgrafia a ADHD.

ANAMNÉZA TRIEDY – podľa slov triednej učiteľky

V triede šiesteho ročníka je 11 žiakov. Na jednej strane je potešujúce sledovať, ako sa niektorí žiaci navzájom podporujú a spolupracujú. Napriek tomu sme čelili niekoľkým problémom, ktoré ovplyvňujú dynamiku triedy. Niektoré konflikty môžu byť dôsledkom osobných rozdielov medzi žiakmi alebo nedorozumení, ktoré vyplývajú z rozdielnych názorov a hodnôt. Ďalším problémom je nedostatok komunikácie medzi niektorými žiakmi, čo vedie k izolácii alebo pocitu vylúčenia niektorých jednotlivcov. Taktiež som si všimla, že niektorí žiaci majú tendenciu vykazovať nevhodné správanie, ktoré vie narušiť vzájomné vzťahy a spoluprácu v triede. Vnímam tiež, že existuje viacero záujmových skupín v triede, čo niekedy spôsobuje určité napätie medzi niektorými žiakmi. Napriek týmto výzvam sú pozorovateľné aj pozitívne aspekty, ako je spolupráca pri skupinových projektoch spolupráca pri riešení problémov. Ako triedna učiteľka snažím sa vybudovať atmosféru vzájomného porozumenia a rešpektu medzi žiakmi. Snažím sa problémy riešiť prostredníctvom otvorenej komunikácie, podpory konštruktívnych riešení a posilňovania pocitu príslušnosti k triede.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede

Arteterapeutická intervencia v školskej triede predstavuje inovatívny prístup k podpore emocionálneho a sociálneho rozvoja žiakov prostredníctvom výtvarných aktivít. V školskom kontexte arteterapia vytvára priestor pre komunikáciu, individuálne sebavyjadrenie a rozvoj sociálnych zručností. V tejto časti sa zameriame na rôzne aspekty arteterapie v školskom prostredí, opíšeme konkrétne arteterapeutické sedenia so žiakmi. Batéria testov arteterapeutických cvičení sa nachádza v prílohách v prílohe č.1.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede : Prvé sedenie

- Rosenbergov test sebahodnotenia,
- Sociometria podľa Jacoba L. Morena,

Ciel':

- Predstaviť žiakom koncept arteterapie a vysvetliť, ako budeme v rámci arteterapie pracovať.
- Vytvoriť bezpečné a podporujúce prostredie pre žiakov, kde môžu slobodne vyjadriť svoje myšlienky a pocity.
- Stanoviť zásady skupiny, ktoré budú podporovať rešpekt, otvorenú komunikáciu, dôvernosť.

- Pomocou sociometrického dotazníka, Rosenbergovej škály sebahodnotenia, zistiť ako sa žiaci cítia v triede a ako ju vnímajú ako celok.
- Vytvoriť základ pre budúce sedenie.

Priebeh stretnutia:

Naše prvé sedenie so šiestakmi, bolo zoznamovacie sa a prebiehalo formou besedy, aby sa žiaci spoznali s arteterapiou, pýtali sa čo ich zaujíma a následne dostali odpovede, ktoré im mali ujasniť ako budeme ďalej pracovať, aké výtvarné techniky budeme v rámci práce používať. Otázka, ktorá ako prvá zaznela bola, či budú z toho čo maľujú, alebo kreslia hodnotení nejakou známku. Žiakom bolo vysvetlené, že síce hodnotiť prácu budeme no nie spôsobom akým sú zvyknutí, teda známkami, alebo ako dobre niekto vie maľovať či kresliť.

Práve preto na prvé stretnutie sme si zvolili experimentovanie s rôznymi materiálmi a technikami, kde žiaci skúmali a skúsili popísať to, čo cítia pri tvorbe. Pri skúmaní zistovali, že naozaj nejde o to kto ako maľuje a bolo cítiť, že sú omnoho otvorenejší k ďalšej spolupráci na základe tohto zistenia.

Následne sme sa oboznámili aj s tým, že budeme pracovať aj ako jednotlivec, no aj ako skupina a práve preto sme si spolu stanovili niekoľko zásad, ktoré budeme dodržiavať.

Zásady:

Rešpekt a úcta – medzi všetkými členmi skupiny. Znamená to, že každý má právo na svoj názor a pocit a je dôležité ho rešpektovať a počúvať.

Otvorená komunikácia – všetci členovia tejto skupiny majú mať priestor na vyjadrenie svojich myšlienok, pocitov a potrieb.

Dôvernoscť – všetky informácie a vyjadrenia v rámci skupiny budú zachované a nebudú zdieľané.

Rovnosť - všetci členovia skupiny majú rovnaké práva a zodpovednosť.

Flexibilita – je dôležité byť otvorený rôznym prístupom a metódam práce.

Aj napriek tomu, že sa deti už dosť dlho poznajú, povedali sme si svoje mená a v rámci toho sme sa naučili pieseň – riekanku: „Abraka, dabraka, tidli dle, prezradíš nám meno své – Janka – zopakuj – Janka – zašepkaj – Janka – zaspievaj – Janka – sme radi, že si tu, sme radi, že si tu.“

Žiaci stoja v kruhu a každý sa predstaví, končí sa posledným v kruhu. Žiakom sa toto páčilo a zhodli sme sa, že si týmto kruhom vždy budeme začínať naše arteterapeutické sedenia.

Na záver stretnutia sme si urobili sociometrický dotazník podľa Jacoba L. Morena a Rosenbergovu škálu sebahodnotenia.

Prvé sedenie sme ukončili krátkou reflexiou, kde sa žiaci pozitívne vyjadrovali o očakávaníach ktoré mali od ďalších stretnutí a objavovaniu nových kreatívnych zážitkov.

Reflexia stretnutia:

Prvé sedenie bolo pre mňa ako terapeuta veľmi povzbudzujúce. Žiaci sa aktívne zapojili do diskusie a prejavili záujem o arteterapiu. Bolo vidieť, ako sa otvárajú novým spôsobom hodnotenia svojej práce, ktorý nie je založený na známkach alebo technických zručnostiach. Zistenie, že v arteterapii nejde o to kto ako maľuje, ich urobilo otvorenejšími k ďalšej spolupráci. Stanovenie zásad skupiny na začiatku bolo dôležité pre vytvorenie bezpečného prostredia. Riekanka, ktorú sa naučili, bola zábavným a efektívnym spôsobom, ako sa lepšie spoznať a vytvoriť pohodovú atmosféru. Rozhodli sme sa, že ju budeme používať na začiatku každého sedenia. Na záver stretnutia sme si zvolili dotazníky, tieto nástroje nám majú pomôcť lepšie pochopiť, ako sa žiaci cítia a tiež ich použijeme pri poslednom stretnutí aby sme zistili posun triedy. Konštatujeme, že cieľ sedenia bol dosiahnutý, ako sa ukázalo v pozitívnych reakciách žiakov a ich ochote pokračovať.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede : Druhé sedenie

Rozohrievačka: „Molekuly“

Čas: 10 min

Arteterapeutické cvičenie: projektívny kresebný test – **Kresba ľudskej postavy**

Cieľ: Poskytnúť náhľad do emocionálneho stavu a sebaznania žiakov.

Pomôcky: papier, pastelky

Čas: 20 min

Reflexia – čas: podľa potreby

Ukončenie: „Bublina“

Pomôcky: hudobná nahrávka „Tancuj, tancuj vykrúcaj“

Príprava:

Pred druhým sedením sme si pripravili triedu. Rozdelili sme ju na dve polovice: pracovný priestor a relaxačnú časť. Na stretnutie sme priniesli čisté papiere A4, hudobnú nahrávku a žiaci mali pri sebe vlastné pastelky.

Priebeh sedenia:

Sedenie sme začali s riekankou mien v kruhu. Čo bolo zaujímavé je, že sa do kruhu postavili presne tak, ako stáli na prvom našom stretnutí. Po riekanke, kde sme každého privítali, začali sme jednoduchou aktivitou na zahriatie. Aktivita pod menom „Molekuly“ bola pre žiakov zaujímavá a pri nej sa zasmiali a uvoľnili. Aktivita mala trvanie 10 minút.

Po rozohrievacej aktivite si sadli žiaci do lavíc, kde už predtým mali prichystané papiere, pastelky a všetko čo potrebovali ku kresleniu. Žiaci dostali úlohu nakresliť na papier ľudskú postavu. Čas, ktorý sme si určili bol 20 min, no kreslili o niečo dlhšie. Niektorí žiaci predtým než začali kresliť strávili chvíľku času rozmyšľaním až potom s kreslením začali. Bolo vidieť, že sa niektorí snažili, no niektorým to bolo jedno a snažili sa danú úlohu mať čo najrýchlejšie za sebou. S odstupom času, keďže kreslili bez nátlaku a napomínania ako musia kresliť, spomalili a venovali sa svojej kresbe.

Sedenie sme končili pohybovou aktivitou „Bublina“, kde sa žiaci pohybovali v rytme hudby a tvorili väčšie a menšie bubliny a pritom sa snažili zjednotiť pohyb, keď nejakú bublinu spolu vytvorili.

Reflexia žiakov:

Tomáš: „Pocit, že som sa mohol vyjadriť bez slov, mi veľmi pomohol.“

Martin: „Bolo to zaujímavé, ako som sa mohol voľne pohybovať po triede a zároveň premýšľať o tom ako sa cítim.“

Soňa: „Bola som prekvapená, ako sa moje kreslenie menilo, keď som zistila, že to vlastne ani nemusím urobiť.“

Klára: „Bolo zaujímavé sledovať čo všetko som chcela do kresby postavy dať, aj keď sa mi na začiatku nechcelo kresliť.“

Paulína: „Teším sa na ďalšie stretnutie, pretože to nakoniec môže byť celkom fajn.“

Sofia: „Páčila sa mi spolupráca, vlastne náš tanec a hudba pri poslednej aktivite.“

Reflexia stretnutia:

Pri druhom stretnutí zaznamenávame nasledovné výsledky:

Žiaci sa aktívne zapájali do všetkých aktivít, čo naznačovalo ich záujem o spoluprácu. Rozohrievacia aktivita „Molekuly“ a pohybová aktivita v závere sedenia boli úspešne prijaté a pomohli žiakom uvoľniť sa.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Tretie sedenie

Rozohrievačka: „Čo máš na sebe?“

Pomôcky: prsteň, náramok

Čas: 20 min

Arteterapeutické cvičenie: projektívny kresebný test – „Začarovaná trieda“

Cieľ:

- Sebavyjadrenie – umožniť žiakom vyjadriť svoje pocity týkajúce sa triedy.
- Identifikácia emócií – keď žiakom chýba slovný prejav, týmto spôsobom vyjadria svoje emócie.
- Porozumenie vzťahov v triede – pomôcť žiakom lepšie pochopiť vzťahy v triede a zvýšiť povedomie o dôležitosti týchto vzťahov.

Pomôcky: výkres A4, pastelky

Čas: 30 min

Reflexia - čas: podľa potreby

Ukončenie: „Útek zo ZOO.“

Pomôcky: kartičky, na ktorých sú obrázky zvierat.

Čas: 10 – 15 min

Príprava:

Upravili sme triedu tak, aby bola vhodná pre arteterapeutické aktivity. Zahŕňalo to prípravu stolov a prípravu pohodlného priestoru pre diskusiu a reflexiu.

Priebeh stretnutia:

Témou tretieho stretnutia bol projektívny kresebný test Začarovaná trieda. Predtým, než sme sa k projektívnemu testu, dostali zase sme si dali kruh s riekankou našich mien a opätovne sa žiaci postavili úplne rovnako a aj svojím menom začínal ten istý žiak v kruhu.

Pred tým ako sme s riekankou začali, dvom žiakom som tak, aby zvyšní nevideli vysvetlila čo majú robiť a podala im do vrečka prsteň a náramok. Naša rozohrievačka bola nastavená na pozorovanie sa. Žiaci si mali dobre pozrieť svojich spolužiakov, na to mali niekoľko minút. Popozerali sa a boli

vyzvaní hovoriť, čo si všimli. Po reflexii dostali ďalší pokyn, aby sa ešte raz popozerali po spolužiakoch, či sa niečo nezmenilo. Medzitým si dvaja žiaci nenápadne na ruku dali prsteň a náramok. Žiaci po sebe pozerali, no nie hneď, si všimli, kde zmena nastala. Zostali prekvapení, že to hneď nevideli, nakoľko podľa nich, dôsledne sa po spolužiakoch pozreli. Po ukončení hry bolo žiakom zdôraznené, že každý jeden jednotlivец je dôležitý pre skupinu a ak je ten jednotlivец rešpektovaný ostatnými, bude sa v skupine cítiť dobre. Po rozhrievacke sa žiaci vrátili späť do lavíc, kde už mali prichystaný papier A4, ceruzku a pastelky. Arteterapeutické sedenie, kde žiaci kreslili „Začarovanú triedu“, bolo intenzívnym zážitkom pre všetkých účastníkov. Žiaci sa usadili s pastelkami a papierom a pustili sa do tvorivého procesu. Pri kreslení sa snažili vyjadriť svoje emócie, myšlienky a vnútorné stavy. Počas sedenia boli výmeny názorov plynulé a pokojné. Žiaci mali priestor na sústredenie sa a vyjadrenie svojich pocitov cez kreatívnu tvorbu. Keď žiaci dokreslili, mali príležitosť prezentovať svoje kresby a reflexie s ostatnými, čo prispelo k hlbšiemu porozumeniu a komunikácii medzi nimi. Celkový dojem z tohto projektívneho testu „Začarovaná trieda“ bol pozitívny a naplňujúci, pričom žiaci sa cítili povzbudení a inšpirovaní svojou schopnosťou vyjadrovať sa aj iným spôsobom.

Reflexia:

Klára: „Tatiana je ako sova, je múdra a vždy nám vie pomôcť.“

Martin: „Peter je ako lev, vždy je vo všetkom prvý, je vodca v triede.“

Paulína: „Soňa má rada kone, napadlo mi, že ju preto nakreslím ako koňa.“

Eudmila: „Klára, nakreslila som ťa ako rybu, pretože si zvedavá.“

Tatiana: „Soňa nakreslila som ťa ako žirafu, pretože si najvyššia v triede.“

Jakub: „Petra, podobáš sa morskej hviezde, si vždy na svojom mieste a nerozprávaš.“

Klára: „Eudmila, nakreslila som ťa ako myšku, si tichá, skoro vôbec sa s nami nebavíš.“

Soňa: „Martin, stále šaškuješ, preto som ťa nakreslila ako opicu.“

Paulína: „Tomáš, nakreslila som ťa ako psíka, všade ťa je.“

Tatiana: „Jakub nakreslila som ťa ako mravca, ani neviem prečo, to bolo prvé čo ma napadlo, keďže sa moc medzi nás nezapájaš.“

Sedenie sme ukončili aktivitou „Útek zo ZOO“. Žiaci mali možnosť vybrať si kartičku s nejakým zvieratkom. Keď sme povedali útek zo ZOO a nejaké, zviera žiaci mali vstať a rýchlo si vymeniť miesto. Aktivita mala za úlohu utvárať spoločnú hru v skupine ako aj podporiť aktívne počúvanie. Po ukončení aktivity sme zostali sedieť v kruhu a poprosili žiakov aby nám niekoľkými slovami podali reflexiu na dnešné sedenie.

Reflexia:

Martin: „Bolo to super, zábavné.“

Peter: „Mali sme radosť a cítili sme sa uvoľnene.“

Klára: „Na začiatku sa mi to celkom nepáčilo, teraz je to ok.“

Tatiana: „Bolo to zaujímavé, videli sme, ako každý vidíme veci rovnako a predsa inak.“

Paulína: „Myslím, že som sa naučila niečo nové o sebe.“

Reflexia sedenia:

Žiaci sa aktívne zapojili do všetkých aktivít, vrátane rozhrievačky a pohybovej aktivity. Projektívny kresebný test „Začarovaná trieda“ bol intenzívnym zážitkom pre všetkých účastníkov. Žiaci sa snažili čo najpribližnejšie vyjadriť v kresbe ako vnímajú spolužiakov. Vzhľadom na diagnózy, ktoré žiaci majú, niektoré kresby neboli celkom zrozumiteľné a preto sme si poznatky dopĺňali otázkami. Reflexia žiakov naznačovala pozitívne vnímanie aktivít a ochotu pokračovať ďalej.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Štvrté sedenie

Rozohrievačka: „Zmestíme sa do domčeka“

Pomôcky: niekoľko kusov starých novín, hudobná nahrávka - „Disco“ Miro Jaroš

Arteterapeutické cvičenie: projektívny kresebný test – „**Test domu**“

Cieľ: Zameranie sa na rozvoj kreatívnych zručností žiakov, posilnenie ich schopnosti reflexie a zlepšenie schopnosti komunikácie žiakov a spolupráce v skupine.

Pomôcky: výkres A4, pastelky

Čas: 20 min

Reflexia: podľa potreby

Ukončenie: „Stavba domu“

Pomôcky: hrací plán s obrysmi domu obálky pre hráčov, každá obálka obsahuje tzv. stavebný materiál v podobe geometrických tvarov.

Čas: 15 – 20 min

Priebeh sedenia:

Štvrté arteterapeutické sedenie sme začali riekankou mien, pokračovali sme s rozhrievačkou, ktorá mala za úlohu uvoľniť žiakov, nakoľko sme sedenie mali po náročnejších vyučovacích hodinách ako je matematika a slovenský jazyk. Na túto pohybovú aktivitu sme si prichystali niekoľko kusov papiera a hudobný podklad pieseň Disco od speváka pre deti Mira Jaroša. Papiere sme rozmiestnili po zemi tak, aby predstavovali domčeky. Za sprievodu hudby sa všetci voľne pohybovali, keď hudba

stíchla, všetci utekali dotknúť sa nohou papiera, ktorý predstavoval dom. Hra sa opakovala až zostal iba jeden papier a účastníci, ktorým sa naň zmesila noha. Všetci sa pri tom zabávali a zasmiali a aj zatancovali. Po tejto aktivite sme usadili žiakov, chvíľku sa rozprávali o tom ako sa im pohybová aktivita páčila s cieľom dosiahnuť pokoj a sústredenie, aby sme pripravili žiakov na tvorivý proces, ktorý ich čakal. Nasledovná aktivita bol projektívny kresebný test domu. Žiaci mali nakresliť podľa ich predstáv dom. Veľká väčšina kreslila dom v ktorom žijú, alebo majú ich starí rodičia, poprípade v dome žije jeden z ich zákonných zástupcov. Iba jedna žiačka kreslila dom aký si predstavuje, že by chcela v budúcnosti mať. Jeden žiak kreslil pôdorys nakoľko stavajú dom a bol ovplyvnený prácami, ktoré u nich prebiehali. Nakoľko kresba domu netrvala dlho, na koniec sme si dali aktivitu pod menom „stavba domu.“ Žiakov sme rozdelili do troch skupín a každá skupina dostala obálku, v ktorej boli časti z ktorých mali dať dokopy dom. Kto prvý dokončil zvíťazil. Bolo vidieť, že sú žiaci s aktivitami celkom spokojní.

Reflexia:

Soňa: „Dnes bolo celkom zábavné naše stretnutie, rada som si aj zatancovala.“

Klára: „Dúfam, že nám zase nabudúce vymyslíte niečo zaujímavé.“

Peter: „Pozeral som, že niektorí z nás sme kreslili celkom podobné domy, som zvedavý či aj nasledovný náš výtvar sa bude podobat’.“

Tatiana: „Zostala som prekvapená koľko aktivít sa dá urobiť so slovom dom, teda domom, ako náš dom, stavba, skladačka.“

Martin: „Teším sa na ďalšie stretnutie, hlavne nech nie je nudné.“

Reflexia stretnutia:

Po štvrtom arteterapeutickom stretnutí môžeme konštatovať, že sa nám podarilo vytvoriť živú a zábavnú atmosféru. Pohybová aktivita bola úspešná, žiakom priniesla uvoľnenie a zároveň energiu. Pri kresbe domu, väčšina žiakov kreslila svoj aktuálny domov. Aktivita „Stavba domu“ vytvorila zdravú súťaživú atmosféru.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Piate sedenie

Rozohrievačka: „Magnetky“

Pomôcky: žiadne – voľný priestor

Čas: 15 min

Arteterapeutické cvičenie: projektívny kresebný test – „Test stromu“

Cieľ: Posilniť sociálne interakcie a kooperatívne schopnosti prostredníctvom skupinových aktivít.

Pomôcky: papier A4, ceruzky

Čas: 20 min

Reflexia: podľa potreby

Ukončenie: „Čarovný strom“

Pomôcky: Hrací plán so stromom, obrázky ovocia, hracia kocka s číslami.

Čas: 15 min

Priebeh stretnutia:

Ako každé arteterapeutické sedenie, začínali sme aj toto riekankou s menami. Žiaci sa už sami postavili, mali vytvorené svoje miesta v kruhu. Je zaujímavé, že majú veľmi radi túto riekanku, a často ich je počuť ako aj cez prestávku si niektorý s nich opakuje text tejto spevavej riekanky. Ako rozohrievačku na začiatok sedenia sme zvolili aktivitu pod menom „Magnetky“. Predovšetkým žiakov potrebujeme vždy na začiatku sedení dať do pohody, nakoľko pred sedením mávajú ťažšie vyučovacie hodiny, kde sú nútení sedieť a sústrediť sa na prednášanie. V prípade, že by sme od nich chceli, aby nám niečo nakreslili, môžu odmietnuť, nakoľko sú už unavení z celého dňa. Rozohrievačka „Magnetky“ je pohybová aktivita, kde sa žiaci prechádzajú po triede a na vyzvanie lektora, ktorý povie prsty, žiaci sa čo najrýchlejšie majú dotknúť najbližšieho spolužiaka prstami. Pri hre sa žiaci uvoľnia a následne sa ľahšie sústredia na ďalšiu aktivitu a to je projektívny kresebný test „Test stromu“. Po rozohrievačke, žiaci si sadnú do svojich lavíc a ako sú už zvyknutí majú prichystaný papier, pastelky. Vyzveme žiakov, aby nakreslili strom, no nech to nie je ihličnan a ani palma. Bolo vidieť, že sa zamysleli nad tým čo nakreslia, pretože najčastejšie kreslia práve ihličnaté stromy. Ich individuálny prístup k úlohe sa prejavoval rôznou rýchlosťou kreslenia, pričom niektorí kreslili rýchlejšie, zatiaľ čo iní volili pomalšie tempo.

Na záver si žiaci zahráli hru „Čarovný strom“, aby sa zase trochu uvoľnili nakoľko mali ďalej pokračovať vo vyučovacom procese. Žiakov rozdelíme do dvoch skupín, ktoré hádzu kockou a podľa čísla ktoré padne posúvajú figúrkou predstavujúcou korytnačku po ceste smerom ku stromu. Po každom hode si vyberú nejaký druh ovocia a položia ho na zodpovedajúci obrys na strome.

Reflexia:

Martin: „Myslím, že rozohrievačka bola super, po všetkých vyučujúcich hodinách, sme sa trochu zabavili.“

Peter: „Hra Čarovný strom na konci bola zábava, uvoľnilo ma to a ľahšie zdolám pokračovanie vo výučbe.“

Tatiana: „Kresba stromu tiež bola zaujímavá, predstaviť si aký vlastne strom chcem nakresliť.“

Reflexia stretnutia:

Toto sedenie bolo účinné v podpore sociálnej interakcie a kooperatívnych schopností žiakov. Projektívny kresebný test poskytol žiakom prejaviť svoje individuálne vnímanie a interpretáciu, čo bude užitočné pre ďalšiu analýzu ich osobnosti a emocionálneho stavu. Niektorí žiaci svoje kresby vykonali s väčšou precíznosťou a detailnosťou, zatiaľ čo iní sa sústredili skôr na celkový dojem a tvar stromu. Tento rozdiel v prístupe ukazuje ich individuálne vnímanie a interpretáciu úlohy. Rozohrievačka a ukončujúca hra boli efektívne v uvoľnení žiakov a ich pripravení na ďalšie vyučujúce procesy.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Šieste sedenie

Rozohrievačka: „Predmet v šatke“

Pomôcky: kúsok papiera, perá, šatka, ľubovoľná figúrka

Čas: 15 min

Arteterapeutické cvičenie: „Pustý ostrov“

Cieľ: Rozvíjanie sociálnych a komunikačných zručností prostredníctvom skupinovej aktivity. Posilniť schopnosť spolupráce a tímovej práce, podporiť sebavyjadrenie a kreatívne myslenie žiakov prostredníctvom umenia. Cieľom je aj rozvíjať ich schopnosti riešiť problémy a rozhodovať sa v rámci skupiny.

Pomôcky: veľký hárok papiera, pastelky, voskové pastelky, suchý pastel, vodové farby, tempery

Čas: 30 - 40 min

Reflexia – podľa potreby

Ukončenie: „Zastavený film“

Pomôcky: hudobná nahrávka Jabĺčko – interpret: Kristína

Čas: 15 min

Priebeh stretnutia:

Na šieste stretnutie sa už žiaci tešili. Keď som do triedy, vošla už bola prichystaná. Žiaci posunuli stoly dopredu triedy a zadnú časť nechali voľnú pre našu riekanku, ktorá sa stala naším rituálom na začiatku každého sedenia. Pre žiakov sme si na začiatok pripravili aktivitu „Predmet v šatke“ (príloha č.4). V šatke bol predmet, ktorý žiaci hmatom mali uhádnuť. Úlohou bolo ohmatať, no nehovoriť, čo si myslia ale, na papierik, ktorý mali vedľa seba napísať alebo nakresliť predmet. Žiakom sme dali, niekoľko minút na premyslenie, písanie a kreslenie. Potom všetci s veľkou nedočkavosťou začali hovoriť čo si myslia, že v šatke je. Aj keď predmet v šatke bol náročnejší na spoznávanie, predsa sa trom žiakom podarilo uhádnuť. Do hádania sa aktívnejšie zapájali aj žiaci, ktorí počas prvých sedení, iba pri vyzvaní niečo málo povedali.

Reflexia:

Jakub: „Cítil som sa dobre, pri objavovaní predmetu v šatke, bolo to ako objavovanie pokladov.“

Klára: „Táto aktivita ma povzbudila, aby som vnímala veci vôkol seba aj iným spôsobom.“

Tatiana: „Aj malé predmety, môžu mať veľký význam. Rovnako ako niekedy aj slová, ktoré vyslovíme, môžeme niekomu ublížiť, alebo ho rozosmiať.“

Paulína: „Mali by sme sa učiť vnímať veci detailnejšie.“

Tomáš: „Pre mňa bolo zábavné, zisťovať čo je v šatke ukryté.“

Peter: „Bolo do ako dobrodružstvo, keď piráti hľadajú poklad.“

Posledná reflexia bola celkom trefná a tak nečakane a trefne sme sa mohli so žiakmi venovať ďalšej arteterapeutickej aktivite. Do triedy sme priniesli rôzne výtvarné pomôcky. Položili sme ich do kruhu, kde žiaci sedeli a povedali im čo ideme kresliť. „Predstavte si, že vaša trieda je loď, na ktorej sa všetci nachádzate a cestujete. Medzitým sa spustí veterná smršť a loď stroskotá. Všetci spolu sa zachránite a dostanete sa na pustý ostrov. Ostrov si potrebujete upraviť, tak aby ste sa na ňom všetci dobre cítili. Dostanete spoločný hárok papiera, na ktorý spoločne nakreslíte váš spoločný ostrov. Môžete využiť všetky výtvarné techniky, lepenie, maľovanie, kreslenie.“

Žiaci sa na úlohu tešili, urobili kruh vôkol papiera (príloha č.5). Pri sledovaní ich práce bolo vidieť ako sa v triede správajú, kto rozhoduje, kto sa považuje za vodcu, naopak kto je tichší, bojzlivejší prípadne sa do rôznych aktivít nezapája a v triede o ničom nerozhoduje. Silnejší jedinci ihneď prevzali vedenie a pustili sa do vysvetľovania a kreslenia. Nedávali priestor zvyšným na rozhodovanie. Na arteterapeutickom sedení sme mali celú triedu, no na začiatku práce, dominovali iba štyria žiaci, dve dievčatá a dvaja chlapci, občas sa pridala ešte jedna spolužiačka. Síce sa pýtali, čo si zvyšní myslia, no neakceptovali všetky nápady. Trvalo vyše dvadsať minút, až sa všetci začali podieľať na tvorení svojho ostrova. Aj keď na začiatku dominovali štyria žiaci a chceli mať všetko tak ako si oni predstavovali,

ukázalo sa, že keď sa do kreslenia začali zapájať zvyšní spolužiaci, nemali nejaké výhrady a ešte sa im to aj páčilo. Tí, čo si boli neistí, sa po nejakom čase uvoľnili a na výkres pribúdali nové veci, cestičky, domčeky, pláž (príloha č.6). Žiaci sa nakoniec a to všetci zhodli, že by na ostrove bolo dobre mať aj spoločný kútik. Dokreslili si ohnisko, smiali sa pritom a už robili plány čo budú opekať. Chodili vôkol výkresu a hodnotili, že ten pustý ostrov urobili nejako moderne, nato že tam nič nemalo byť. Najhlučnejší pri komentovaní boli presne tí štyria žiaci, ktorí mali prevahu aj pri kreslení. Keď nakoniec povedali všetci, že sú so svojim pustým ostrovom spokojní, sadli sme si vôkol a pokračovali v reflexii (príloha č.7).

Reflexia:

Klára: „Bolo zaujímavé vidieť, ako každý z nás mal úplne inú predstavu o tom, ako by mal vyzerat' náš ostrov. Niektorí kreslili pláže a niektorí domy s jazierkom.“

Tatiana: „Pri práci na našom spoločnom ostrove sme museli veľa spolupracovať a komunikovať. Nie vždy sme sa zhodli na tom, čo by malo byť súčasťou ostrova a tak sme museli hľadať aj kompromisy, čo nie je vždy jednoduché.“

Peter: „Tvorba ostrova bola výzvou, pretože sme museli zohľadniť nielen svoje vlastné predstavy, ale aj predstavy ostatných spolužiakov.“

Ludmila: „Keď sme dokončili náš ostrov, cítila som sa spokojne a páčilo sa mi, čo sme spoločne vytvorili, aj keď každý mal inú predstavu.“

Soňa: „Po dlhom čase sme spolu niečo dokázali urobiť.“

Paulína: „Spoločná práca nám pomohla, spoznávať sa navzájom, pretože sme mohli každý povedať ale aj dokresliť to, čo by sme tam chceli mať.“

Jakub: „Konečne sme boli tím, bez toho aby sme sa hádali, dokázali sme urobiť niečo spoločne.“

Martin: „Pre mňa bolo zaujímavé, občas sa postaviť a pozrieť sa ako vzniká náš ostrov.“

Tomáš: „Mne prišlo vtipné, keď som si uvedomila aké domy a čo všetko sme dali na ostrov. Myslím si, že si už nevieme predstaviť život bez vecí, ktoré máme doma.“

Sofia: „Celý proces tvorby ostrova bol zábavný, bavilo ma to.“

Po reflexii sme si pustý ostrov dali na nástenku, rozhodli sa tak samotní žiaci, nakoľko sa im spoločné dielo páčilo.

Na záver stretnutia sme si zvolili hudobno-pohybovú aktivitu. Počas hudby sa žiaci pohybovali na vypnutie sa zastavili a zostali stáť v polohe v akej sa našli. Pri pohybovaní sa boli vyzývaní aby pantomimicky vykonávali činnosť: napríklad zbieranie malín, oberanie jablák...

Reflexia stretnutia:

Aktivity boli navrhnuté tak, aby podporovali sociálne interakcie, kooperatívne schopnosti a sebaujadrenie žiakov. Bolo pozorované, že žiaci sa aktívne zapájali do aktivít a prejavovali záujem

o úlohy. Aktivita „Predmet v šatke“ bola účinná v stimulácii zmyslových schopností žiakov a v podpore ich kreatívneho myslenia. Aktivita „Pustý ostrov“ poskytla žiakom príležitosť predstaviť svoje individuálne vnímanie ale i skupinové vnímanie. Žiaci rozhodovali pre seba, ale i v rámci skupiny.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Siedme sedenie

Rozohrievačka: „Papierové zviera“

Pomôcky: pre každého žiaka 3 čisté papiere A4 formát

Čas: 5 – 10 min

Arteterapeutické cvičenie: „Triedna vlajka“

Cieľ: Posilniť kreatívny duch v triede, zvýšiť pocit súdržnosti medzi žiakmi prostredníctvom spoločného tvorivého procesu. Druhým cieľom je rozvíjať schopnosti žiakov pracovať ako tím, pričom každý prispieva svojou perspektívou a kreatívnym prínosom.

Pomôcky: veľký hárok papiera, pastelky, voskové pastelky, suchý pastel, vodové farby, tempery, plátno, špendlíky, farebný papier, nožnice, lepidlo, lepiaca páska, drevená tyč

Čas: podľa potreby

Reflexia: podľa potreby

Ukončenie: vyberieme si spoločne pieseň, ktorú si zaspievame, tak aby ju poznali všetci žiaci v triede.

Priebeh stretnutia:

Ako každé sedenie aj, toto sme začali riekankou mien a po nej sme sa so žiakmi posadili na stoličky do kruhu a každému žiakovi dali jeden čistý papier. Poprosili sme ich aby si dali ruky za chrbát a aby bez pozerania pokrčili papier, trhali, krčili a vytvorili žirafu. Usmiali sa, mysliac že ju urobia úplne s ľahkosťou, no zistili, že to nebude také jednoduché. Žiaci boli zvedaví na svoje žirafy a netrpezlivo čakali pokiaľ aj posledný spolužiak dorobí svoju žirafu. Keď mali všetci hotové, výtvary sme položili pred seba a žiaci mohli ohodnotiť vlastnú prácu, teda ako sa im pracovalo keď nič nevideli, aký mali z toho pocit (príloha č. 8).

Po úvodnej aktivite si žiaci mohli vybrať akúkoľvek výtvarnú techniku a použiť rôzne druhy materiálov na výrobu vlajky. Najprv mali každý zvlášť vymyslieť a vytvoriť vlajku triedy. Všetci si vybrali maľovať temperou. Každý si vybral nejaký motív, ktorý začal kresliť a ktorý si myslel, že je vhodný pre ich triedu. Maľovali srdce, hríb, kvety, smajlíky. Niektoré motívy sa opakovali, no každý si vedel vysvetliť, prečo práve to chce mať na vlajke. Snažili sa vyplniť celý výkres. Každý z nich si mohol vybrať, kde bude tvoriť. Mohli kresliť sediac na zemi alebo ísť si sadnúť do lavice, voľba bola ich. Zaujímavé, že všetci žiaci zostali sedieť v kruhu na zemi (príloha č. 9). Po nejakom čase sa tak uvoľnili, že sa rozhodli pri procese ležať. Komunikovali medzi sebou primerane bez konfliktov, snažili sa každý svoju vlajku urobiť čo najlepšie. Žiaci si mysleli, že to, čo sa nám bude najviac páčiť, zostane, teda vyberie sa a bude vlajkou triedy (príloha č.10). Po tom ako všetci svoje vlajky vymaľovali, prekvapujúci moment bol, keď sme ich požiadali, aby urobili jednu, no s tým, že z toho čo urobili, vystrihnú nejaký detail, ktorý sa im najviac páči a ktorý do spoločnej vlajky položia. Táto činnosť ich povzbudila k tomu, aby sa zamysleli nad svojím úsilím a výsledkom práce, ktorý mali rozstrihať. Niektorí veľmi ťažko rozhodovali o tom, čo zo svojej vlajky vystrihnú. Avšak tí žiaci, ktorí zažívali neistotu, alebo nervozitu celkom spokojne a isto vystrihli čo chcú pridať, viditeľne ich práca zaujala. Aktívnejší a sebaistejší žiaci dlho rozhodovali o tom ako idú dať všetko dokopy, tak aby boli všetci s triednou vlajkou spokojní, naopak tí neistejší to mali rýchle a vedeli si presne vybrať ktorá časť s ich výkresu by sa hodila (príloha č. 11). Pri pozorovaní sme si všimli, že síce nescelo, ale aktívne sa zapájali aj žiaci ktorí boli utiahnutí a bolo vidno, že sa moc do bežných aktivít triedy nezapájajú. Iba dvaja žiaci sa držali úplne bokom. Nescelo pozorovali a zvyšní spolužiaci rozhodli namiesto nich ktorá časť ich výkresu bude do vlajky patriť. Ku koncu, si všetci popozerali svoju vlajku so všetkých strán a zhodnotili, že sú s ňou spokojní (príloha č. 12). Nechali sme si ju v kruhu a nasledovala reflexia:

Reflexia:

Martin: „Bolo to super, že sme mohli spoločne pracovať na tvorbe vlajky. Som prekvapený, čo sa spolu dá urobiť.“

Tatiana: „Myslím si, že nám tieto aktivity pomáhajú lepšie sa spoznať a zbližovať sa ako trieda. Nie je to iba pri tvorení, ale aj preto, že vždy čakáme kedy bude ďalšie stretnutie a čo budeme môcť vyrobiť.“

Paulína: „Bola som nervózna z toho ako dáme zo všetkých prác jednu vlajku, najmä keď sme ich hodnotili, ale potom som si uvedomila, že každý z nás má niečo zaujímavé a cenné na tejto spoločnej vlajke.“

Klára: „Bolo fajn vidieť, ako rôzne nápady a kúsky papiera a našej tvorby spolu vytvorili niečo veľmi pekné a každý mal svoj podiel na tvorbe.“

Peter: „Aj keď nie sme bohvie akí umelci, zaujímavé je, že sme každý niečím prispeli aby vznikla vlajka.“

Jakub: „Bol som prekvapený, ako sme sa dokázali ako trieda dohodnúť na tom, ako bude vlajka vyzerat’.“

Sofia: „Nikdy by som nepovedala, že tvorba vlajky bude zábavná. Ani by som nepovedala, že v škole budem maľovať a ležať na zemi ako doma. Bolo to pre mňa super.“

Tomáš: „Hodnotenie vlastnej práce ma trochu vystrašilo, ale nakoniec som si uvedomil, že to nie je o tom ako kto maľuje a kreslí, ale o tom, že sme vytvorili niečo pekné.“

Soňa: „Páčila sa mi atmosféra v triede, všimam si, že keď niečo tvoríme nehádame sa a vieme sa aj dohodnúť.“

Dnešné stretnutie na odľahčenie sme ukončili počúvaním hudby.

Reflexia stretnutia:

Aktivity na dnešné stretnutie boli navrhnuté tak, aby podporovali kolektívne úsilie a spoluprácu medzi žiakmi. Bolo pozorované, že žiaci sa aktívne zapájali do aktivít a prejavovali záujem o úlohy. Aktivita „Papierové zviera“ bola účinná v stimulácii zmyslových schopností žiakov a podpore ich kreatívneho myslenia. Aktivita „Triedna vlajka“ poskytla žiakom prejavit’ svoje individuálne ale aj skupinové vnímanie triedy. Rozhodnutie o tom, ktorá časť výkresu bude patriť do spoločnej vlajky, sme nechali na žiakoch. Týmto spôsobom sme podporili ich rozhodovacie schopnosti a zároveň sme im dali príležitosť prispieť do kolektívneho projektu svoju osobnú perspektívu kreatívnym spôsobom. Tento proces bol dôležitý pre budovanie pocitu súdržnosti a kolektívneho ducha v triede. Všimli sme si, že niektorí žiaci mali obavy a pochybnosti pri tvorbe vlajky. Tieto obavy sa prejavovali najmä v počiatočnej fáze tvorenia druhej časti, keď žiaci mali vystrihnúť časť svojho výkresu do spoločnej vlajky. Niektorí žiaci sa obávali, že ich príspevok nebude dostatočne dobrý alebo, že ich nápady nebudú akceptované ostatnými. Tieto obavy sa však postupne zmiernili, keď žiaci videli, že všetky ich kresebné príspevky sú cenné a že všetci majú možnosť prispieť do kolektívneho projektu rovnakým podielom a s tým čo si oni sami vyberú za vhodné.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Ôsme sedenie

Rozohrievačka: „Zapamätanie zvukov“

Pomôcky: písacie potreby, papier, rôzne predmety - podľa výberu

Čas: 10 – 15 min

Arteterapeutické cvičenie: „dom, strom, pes – kreslíme vo dvojiciach“

Cieľ: Podpora neverbálnej kooperácie medzi žiakmi.

Pomôcky: papier, ceruzka

Čas: podľa potreby

reflexia – podľa potreby

Ukončenie: „Stretávanie sa“

Pomôcky: žiadne

Priebeh sedenia:

Po príchode na ôsme sedenie som bola milo prekvapená, žiaci si hneď na začiatku prestávky, po ktorej sme mali mať stretnutie, upravili triedu. Stoly dali sami dopredu a vzadu nechali triedu voľnú na aktivity. Uvítali sme sa a ako vždy začali riekankou mien. Naša uvoľňovacia aktivita mala za úlohu uvoľniť žiakov po dlhom dni, pretože toto sedenie bolo realizované posledné dve vyučovacie hodiny v škole. Úlohou aktivity bolo, aby si všetci zavreli oči a lektor bude postupne s pomocou rôznych predmetov vydávať zvuky. Po poslednom zvuku, si žiaci otvoria oči a na papier, ktorý majú pred sebou napíšu poradie a predmety, ktoré si myslia, že zvuk vydali. Pretože to už boli posledné dve hodiny, použili sa zvuky predmetov, ktoré žiaci poznali, tak aby pocítili pochvalu a pritom sa aj uvoľnili. Zvuky, ktoré boli použité: klopanie na stôl, cvenganie lyžičkou o šálku, listovanie knihy, ťukanie perom, otváranie fľašky s vodou, otváranie, zapínanie zipsu.

Po tejto aktivite nasledovalo arteterapeutické cvičenie: „dom, strom, pes“. Aktivita je zameraná na kreslenie vo dvojiciach bez toho, aby sa žiaci rozprávali. Bez pokynu si každý z nich vybral a presadol ku spolužiakovi, s ktorým bol najčastejšie v triede. Nechali sme ich urobiť prvý výkres týmto spôsobom. Ich reakcie boli pozitívne, boli spokojní s tým ako kreslili, chceli každý viesť, no stalo sa, že jeden ťahal na jednu stranu a druhý na druhú. Zasmätkovali keď im bolo povedané, že sa vymenia, no dvojice urobím ja. Neboli s tým celkom stotožnení, no súhlasili. Už pri skupinových aktivitách bolo vidieť, kto sa s kým najviac baví, kto sa iba pozerá a na základe toho boli vytvorené dvojice, najslabší článok triedy s najsilnejším. Najobľúbenejšie dievča v triede s menej obľúbeným (príloha č.13). Keď si sadli, bolo vidno, že sú zamýlení a nevedeli ani aktivitu začať. Dvojica, kde sme mali vodcu triedy a chlapca, ktorý bol v triede samotár dlho ani nevzala ceruzku do ruky. Trvalo niekoľko minút, pokiaľ vôbec pracovať začali. Keď začali kresliť, bolo viditeľné, že celým procesom kresby chcel viesť jeden chlapec, no prekvapivo ani ten druhý sa nechcel vzdať. A tak súperili chvíľočku, až tlak povolil a začali spolu rovnomerne kresliť. Občas sa aj na seba pozreli a viditeľne s prácou boli spokojní (príloha č.14). Dievčatá aj napriek tomu, že sú v triede rozdelené na dve skupinky, aktivitu aj pri inom výbere zvládli celkom dobre.

Reflexia:

Jakub: „V jednej chvíli som mal pocit, že moja myšlienka je ignorovaná, neprijatá mojím spolužiakom. To ma trochu zneistilo, ako sme pokračovali s kreslením bolo to nakoniec lepšie.“

Tatiana: „Myslím, že ste nám touto aktivitou chceli ukázať, že nie vždy musíme mať pravdu a že sa dá pri spolupráci vyhnúť konfliktom. Chceli sme každá inak začať kresliť a nakoniec sme predsa spoločne zvládli úlohu.“

Martin: „Musím povedať, že sa mi omnoho ľahšie kreslilo, keď som si sám vybral spolužiaka, s ktorým budem kresliť. Mám pocit, že nám bolo jedno ktorou stranou ťaháme čiaru. Bavilo nás to. Keď ste mi vybrali spolužiaka, s ktorým sa moc nebavím, chcel som mať celé pod kontrolou, ale spolužiak to nedovolil a ťahal mi ruku na druhú stranu. Nakoniec to celkom dobre dopadlo (príloha č. 15). Aj to čo sme nakreslili bolo fajn.“

Soňa: „Pre mňa to bolo super. Bola to príležitosť na spoluprácu aj so spolužiačkou, s ktorou sa v triede najmenej bavím a nebolo to zlé. Aj výkres dopadol celkom dobre, som s tým spokojná“ (príloha č.16).

Peter: „Cítil som sa dosť nervózne , pri takomto kreslení. Bola to nová vec a bolo to pre mňa zvláštne.“

Klára: „Myslela som, že kreslenie vo dvojiciach bude ťažké, ale bolo to skvelé, dokázali sme to spolu nakresliť a je to pre mňa super.“

Sedenie sme ukončili aktivitou „Stretávanie sa“. Žiaci sa mali pohybovať po triede a neverbálne komunikovať. Keď sa pri chôdzi s niekým stretli, mali ho pozdraviť bez slov, usmiať sa naňho, zamávať.

Sedenie sa ukončilo podľa slov žiakov príjemne. Pozdravili sme sa s tým, že sa tešia na ďalšie stretnutie.

Reflexia stretnutia:

Žiaci ukázali iniciatívu už na začiatku, keď si sami upravili triedu pre naše stretnutie. Arteterapeutické cvičenie „dom, strom, pes“ prinieslo niekoľko zaujímavých momentov. Niektoré dvojice sa s touto úlohou popasovali hladko, zatiaľ čo iné sa stretli s výzvami. Napriek tomu, že niektoré dvojice boli na začiatku zmätené alebo nervózne, nakoniec sa im podarilo nájsť spôsob, ako spolupracovať a dokončiť svoje kresby. Reflexie žiakov po cvičení ukázali, že táto aktivita bola pre nich cennou skúsenosťou. Niektorí žiaci mali obavy alebo nervozitu pred začiatkom aktivity, najmä keď sa mali presadiť a kresliť s náhodnými partnermi v kreslení. Niektorí žiaci mali problémy so spoluprácou a komunikáciou počas cvičenia. Pozornosť nám upútala dvojica spolužiakov, kde bol jeden z vodcov triedy a samotár, táto dvojica dlho ani nezačala pracovať, až to viedlo k určitému súpereniu. Podobne aj niektoré dievčatá ktoré boli rozdelené v triede na dve skupiny, mali na začiatku problém s kooperáciou, nakoniec sa im podarilo úspešne dokončiť aktivitu.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Deviate sedenie

Rozohrievačka: „Kto som?“

Pomôcky: papier, ceruzka

Čas: 15 min

Arteterapeutické cvičenie: „Profil“

Cieľ: Podpora sebapoznania a empatie medzi žiakmi.

Pomôcky: výkresy, farebné papiere, lepidlo, lepiaca páska, plastelína, pastelky, voskové pastelky, nožnice

Čas: 30 min

Reflexia: čas podľa potreby

Ukončenie: „Skladanie plagátu“

Pomôcky: niekoľko rovnakých plagátov, jeden celý, zvyšné nepravidelne rozstrihané v obálke, lepidlo, čistý papier pre každú skupinu na zlepenie plagátu.

Čas: podľa potreby

Príprava: Na deviate sedenie sme si pripravili rozohrievačku „Kto som?“, arteterapeutické cvičenie pod názvom „Profil“ a ukončovali sme sedenie s aktivitou „Skladanie plagátu“. Žiakom sme predpripravili triedu, priniesli sme rôzne výtvarné materiály, papiere, plagáty.

Priebeh stretnutia:

Pred naším sedením mali žiaci dve hodiny telesnej výchovy, bol predpoklad, že je aj tá možnosť, zmeny a prispôsobeniu niektorých aktivít, podľa toho ako žiaci prídu vyčerpaní a ako sa budú vedieť sústrediť na nami predpripravené aktivity. Po príchode žiakov, si všetci posadali do lavíc, zväčšovali sme sa. Namiesto riekanky mien poprosili, či by sa mohli nadesiatovať, napiť vody a oddýchnuť si, bolo im to umožnené. Dali sme si 15 minútovú prestávku a pustili sme upokojujúcu hudbu. V pokoji si dojedli desiatu, uvoľnili a mohli sme pokračovať s aktivitami. Každý žiak si vzal jeden čistý papier A4 a ceruzku. Papier si rozdelili na dve polovice, do jednej polovice si obkreslia ruku a napíšu do nej čo najviac svojich povahových vlastností. Keď majú hotové, papiere sa zozbierajú, prilepia na tabuľu a žiaci si na základe vlastností skúsia zatipovať, ktorý z ich spolužiakov by to mohol byť. Niektorí dali

správnou odpoveď, no veľká väčšina videla svojich spolužiakov celkom inak. Pri hodnotení ako sa im s touto aktivitou pracovalo, všetci sa zhodli, že ťažko, pretože si uvedomili, ako každý z nich vníma spolužiaka iným spôsobom, no on sám si o sebe môže myslieť úplne niečo iné.

Reflexia:

Paulína: „Táto aktivita ma naučila, že každý má iný pohľad na veci a že sa môžem prekvapiť, ako ma vnímajú moji spolužiaci.“

Martin: „Keď som videl ako ma niektorí spolužiaci vnímajú, trochu ma to prekvapilo.“

Tatiana: „Pri tejto aktivite som si uvedomila, že nie vždy poznáme ostatných tak dobre, ako si myslíme. Často ich vnímame inak, než sú v skutočnosti.“

Sofia: „Bola to zaujímavá aktivita, snažila som sa zistiť, ktorému spolužiakovi patria vlastnosti v ruke, no bolo to dosť ťažké, pretože zisťujem, že sa nepoznáme tak dobre.“

Po tejto rozohrievacej aktivite, kde našim cieľom bolo aj vysvetliť žiakom, čo sú povahové vlastnosti, aby sa im ľahšie pracovalo na arteterapeutickom cvičení „profil“. Vytvorili sme náhodné dvojice a ich úlohou bolo čo najlepšie vytvoriť profil svojho spolužiaka, tak aby ho čo najlepšie vystihoval. Pri tvorení žiaci mohli používať materiál aký oni uznali za vhodný. Dvojice si sadli vedľa seba a začali pracovať. Nakoľko boli vyberaní náhodne a bol im priradený aj spolužiak, ktorého nie najlepšie poznali, sedeli a premýšľali o tom, čo tam idú dať a ako vôbec vlastnosti výtvarne znázorniť. Niektorí hovorili ako oni kresliť nevedia a nie sú si istí, že túto úlohu zvládnu. Poprosila som žiakov aby prestali pracovať, našli si nejaké miesto, kde sa im bude pohodlne niekoľko minút sedieť. Na vyzvanie si každý v triede našiel svoje miesto, keď všetci sedeli tak aby sa cítili dobre, poprosili sme ich, aby si v tichosti zavreli oči. Dýchali ...viedli sme ich nádych, výdych a povedali aby začali myslieť na spolužiaka, ktorého profil majú urobiť. Nech si ho dobre pozrú, spomenú si čo je preňho charakteristické, čo najčastejšie robí cez prestávku, či si vedia vybaviť akú hudbu počúva aj tie také možno nepodstatné veci, ktoré by im v tejto chvíli mohli pomôcť. Chvíľku sme ich nechali so zavretými očami v tichosti popremýšľať a oslovili sme ich, že keď budú pripravení môžu otvoriť oči a vrátiť sa ku svojej práci. Postupne sa zo svojich miest zdvihli a pokračovali s prácou. Nato, že prišli z hodiny telesnej výchovy, predpokladalo sa, že budú rozšalení, no práve naopak, boli ticho a pracovali skoro bez slov. Bolo to celkom neobvyklé v triede, v ktorej neustále niekto hovoril. Niektoré vzniknuté dvojice sa poznali lepšie, niektoré aj napriek tomu, že chodia do istej triedy o sebe nevedeli skoro nič, nakoľko sa nebavili, iba keď to bolo treba.

Reflexia:

Tatiana – Paulína

Tatiana: „Pre mňa bolo zaujímavé vyrábať niečo iné. S Paulínou sa poznáme a stretáme aj mimo školy a tak nebolo ťažké urobiť jej profil. Paulína ma doma rôzne zvieratká a tak som ich všetky

urobila z plastelíny a položila do rámu obrazu. Je to akoby ich vyfotila a zrámovala a dala si na profil. Urobila som jej aj srdiečko a kvety, to som urobila, lebo sa mi výkres zdal prázdny“ (príloha č.17).

Paulína: „Ako už hovorila, Tatiana poznáme sa dlhšie a preto ani mne nebolo ťažké nakresliť Tatianin profil. Ona rada tvorí a kreslí, má doma zajaca a toho som tiež nakreslila, počúva Simu a má rada kvety. Často ideme aj spolu von. V triede sa kamarátim aj s inými spolužiakmi, stáva sa vtedy, že sa Tatiana nahnevá“ (príloha č.18).

Ludmila – Soňa

Ludmila: „My sa so Soňou poznáme iba zo školy, nechodíme spolu von a nestretáme sa mimo školy a ani si nepíšeme na Messenger. Do jej profilu, ktorý som mala vyrobiť, dala som iba to čo viem o nej zo školy a aj to keď sa rozprávala s Klárou, Paulínou a Petrom. Nakreslila som zvieratká, ktoré má doma a viem, že má rada kone. Tiež viem, že počúva Kaliho, rovnako ako ja“ (príloha č. 19).

Soňa: „Aj keď sme s Ludmilou už niekoľko rokov, nepoznám ju tak dobre aby som jej vedela vyrobiť profil. Priznám sa, že som nevedela čo tam dať. A preto som nakreslila to, čo si myslím, že všetci majú radi. Aspoň dúfam, že sa jej bude páčiť. Zisťujem cez niektoré aktivity, že sa veľmi málo poznáme, aj keď sme niektorí spolu v triede od prípravného ročníka. Keďže sa Ludmila vôbec alebo iba veľmi málo zapája do rozhovoru a cez prestávky sedí a kamaráti sa iba s Petrou, viem viacej o novom spolužiakovi, ktorý prišiel pred rokom ako o nej. Bola by som rada keby sme mali viacej aktivít, kde sa budeme spoznávať“ (príloha č. 20).

Klára – Peter

Peter: „S Klárou chodíme do rovnakej triedy od tretieho ročníka, ona tu bola od začiatku. Hneď keď som prišiel, nekamarátili sme sa moc. Vadilo jej, že veľa rozprávam a že som podľa nej až moc vystrájal. Stále sa na mňa sťažovala triednemu učiteľovi. Dnes si to už vieme povedať a snažím sa nerobiť toľko blbosti, aj keď nie vždy sa mi to darí. Ale musím povedať, že som celkom ľahko nakreslil profil Kláry, viem, že rád počúva inú hudbu ako my všetci, má staršiu sestru a ona počúva takú hudbu, skupina sa volá Nirvana. Klára hrá na gitare a smajlíka som tam dal, aby to bolo veselšie. Inak všimam si, že sa Klára poslednú dobu zmenila a menej sa smeje“ (príloha č.21).

Klára: „Áno, s Petrom sa už poznáme dlhšie, mali sme na začiatku také dosť zlé situácie, kedy sa on nevedel zastaviť v provokovaní a nedal si ani povedať. V piatom ročníku sa to začalo meniť a stali sme sa celkom dobrí kamaráti. Ešte stále v niečom preženie, ale to už nie je také strašné. Nakreslila som ho ako škrečka, pretože on je tiež všade ako toto zvieratko. A často si ani povedať nedá a tvrdohlavo pokračuje vo svojom úmysle. Má rád počítačové hry, pozerá často memes, šport, pretože hráva futbal. A nakreslila som aj šaša, pretože veľmi často šaškuje a vtipkuje, musím povedať, že je to niekedy aj cez čiaru“ (príloha č. 22).

Martin – Petra

Martin: „Ja som prišiel do školy minulý rok. Cítim sa tu veľmi dobre a mám kamarátov. Cez prestávky srandujeme a bavíme sa spolu. Vlastne doteraz som si myslel, že sa bavíme všetci. Počas aktivít si uvedomujem, že sa všetci nezapájajú a že o niektorých vlastne nič neviem. Ja som mal nakresliť profil Petry. Nerobilo sa mi ľahko, pretože ja o nej naozaj neviem nič. Rozmýšľal som či som ju niekedy počul rozprávať, okrem toho keď odpovedá. Najčastejšie aj cez prestávky sedí v lavici a jedine s kým sa rozpráva, je Ľudmila. Jedine, čo mi napadlo, že môžem nakresliť je psík. Neviem či ho má, ale v podstate všetci máme radi psíkov. A tak na profile má psíka s misami na vodu a jedlo. Vedel som, že s tým by som nemal nič pokaziť a ani Petra by sa na to nemala hnevať“ (príloha č. 23).

Petra: „Ja som nakreslila iba futbalovú loptu, Martin, je futbalista“ (príloha č. 24).

Jakub – Tomáš

Jakub: „My sa so spolužiakom Tomášom poznáme dosť dlho, spoznali sme sa v škole. Tomáš je spolužiak ktorý, sa snaží byť so všetkými nami. Nakreslil som ho ako futbalistu a chcel som mu do kruhu nakresliť tvár ako to máme na fb, nestihol som“ (príloha č. 25).

Tomáš: „Ako povedal Jakub, poznáme sa zo školy. Jakub je tu od, predpokladám, prvej triedy, ja som prišiel neskôr. Mimo školy sa nestretáme, iba keď ideme na nejakú verejnú akciu a tam sa náhodne stretáme. Poslednýkrát kedy sme sa tak náhodne stretli, bolo na hasičskej akcii. Tam som zistil, že je aj Jakub hasičom a tak som ho na profile nakreslil ako hasiča, čo by sa mu celkom na profilovku hodilo“ (príloha č. 26).

Sedenie sme ukončili aktivitou „skladanie plagátu“. Mali sme prichystaných niekoľko, rozhodli sme sa pre jednoduchší variant plagátu, nakoľko žiaci boli unavení a nechceli sme ich rozrušovať tým, že by sa im nepodarí úlohu splniť. Žiaci po našom stretnutí mali mať hodinu dejepisu a písomku. Boli spokojní so súťažou, každej skupine sa plagát podaril dať dokopy. Zasmiali sme sa oboznámili ich o našom ďalšom sedení. Spolu so žiakmi sme upratali triedu a rozlúčili sa.

Reflexia sedenia:

Toto sedenie prinieslo mnoho príležitostí pre žiakov, aby sa naučili viac o sebe a o svojich spolužiakoch. Rozohrievačka „Kto som?“ bola účinným spôsobom, ako povzbudiť žiakov k premýšľaniu o svojich vlastných charakteristikách a o tom, ako ich vnímajú ostatní. Arteterapeutické cvičenie „Profil“ bolo zamerané na vytvorenie profilu spolužiaka. Táto aktivita bola pre niektorých výzva, najmä keď museli pracovať s niekým, koho dobre nepoznali. Napriek tomu, že niektorí žiaci mali obavy alebo pocit neistoty, nakoniec sa im podarilo úspešne dokončiť úlohu. Reflexie žiakov po sedení ukázali, že táto aktivita bola pre nich zase nová skúsenosť. Niektorí žiaci uviedli, že sa cítili prekvapení

alebo zmätení tým, ako ich vnímajú spolužiaci. Iní uviedli, že aktivita im pomohla uvedomiť si, že nie vždy poznáme ostatných tak dobre, ako si myslíme.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Desiate sedenie

Rozohrievačka: „Teraz som“

Pomôcky: žiadne

Čas: podľa potreby

Arteterapeutické cvičenie: „Strom komplimentov“

Cieľ: Posilniť schopnosť žiakov uznávať a oceňovať pozitívne vlastnosti a úspechy svojich spolužiakov.

Pomôcky: nádoba, zemina, piesok alebo kamienky, konáre, farebné papiere, lepidlo, lepiaca páska, taviaca pištoľ, farebná látka, vlna, nožnice...

Reflexia: podľa potreby

Ukončenie: „Pantomíma pocitov“

Pomôcky: kartičky s obrázkami emócií

Čas: podľa potreby – až sa vystriedajú všetci žiaci.

Príprava: Deviate sedenie zase príjemne hneď na začiatku prekvapilo, pretože sa žiaci zase pousilovali upraviť triedu ešte cez prestávku a tak sme sa hneď po uvítaní mohli venovať aktivitám, ktoré sme prichystali.

Priebeh stretnutia:

Aj toto sedenie, už ako sa stalo zvykom, začali sme riekankou mien. Na rozohrievačku a uvoľnenie sa žiakov, keďže sme sedenie mali po niekoľkých ťažších vyučovacích hodinách zvolená bola aktivita „teraz som“. Žiaci zostali stáť v pôvodnom kruhu a pantomímou každý zahral nejaký pocit, alebo činnosť. Každý v kruhu napodobňoval ale aj predviedol nejakú úlohu. Všetci boli spokojní, že sa rozhýbali a pritom zasmiali. Pokračovali sme v arteterapeutickom cvičení „Strom komplimentov“. Žiaci

mali k dispozícii rôzne materiály medzi nimi aj halúzky, ktoré si mali podľa vlastných predstáv vyzdobiť. Každý žiak si zdobil svoj vlastný konárik, ktorý sme potom spolu s ostatnými položili do črepníka. Konáriky si žiaci medzi sebou dozdobovali farebnými papiermi, z ktorých vystrihli list. Každá farba niečo znamenala a takýmto spôsobom si namiesto slov podávali medzi sebou komplimenty. Červená znamenala priateľstvo, zelená – láskavosť, žltá – ochota pomôcť, modrá – šikovnosť, oranžová – spoľahlivosť. Na zdobenie konárov používali najčastejšie vlnu a špagát, niektorí využili rôzne druhy textilu. Prechádzali sa po triede, pozerali aký materiál si zvolíť. Porovnávali konáriky, snažili sa ich mať iný než ostatní spolužiaci. Pri práci sa v jednom momente začali s kľbkom špagáta hrať (príloha č. 27). Hra začala spontánne, keď jeden zo žiakov vyhodil kľbko do vzduchu a druhý ho chytil. Žiaci si kľbko začali medzi sebou hádzať, uvoľnene poskakovali po triede a snažili sa kľbko chytiť. Kľbko si podávali najprv iba niektorí žiaci, boli to chlapci, ktorí boli vodcami triedy, pridali sa dievčatá, no tiež nie všetky. Počkala som chvíľu a keďže bolo viditeľné, že by sa zahráli všetci, no kľbko sa ku ním nedostalo, zapojila som sa do hry a kľbko hodila žiakovi, ktorý iba pozeral. Ten hodil kľbko spolužiačke a tak postupne sa všetci žiaci dostali do hry. Po tom ako som úmyselne do hry vstúpila, tak som hneď aj vystúpila. Cieľom bolo náhodne vzniknutú situáciu využiť na zapojenie všetkých žiakov do hry. Pri pokračovaní hry kľbko vyhadzovali všetci a nikto neriešil kto ho chytiť alebo vyhodí, prípadne niekomu hodí. Všetci sa zasmiali a po nejakej chvíli sa prestali hrať a pokračovali v zdobení konárov. Jedným z kľúčových momentov pri tejto aktivite bol aj moment, keď tzv. vodca triedy prišiel a pomohol spolužiakovi, ktorý bol odmietaný zo strany triedy, ukázať ako si má špagát obmotať okolo konára tak aby, mu konár pod špagátom nebolo vidieť (príloha č.28). Nebolo pri tom vidieť žiadne nejaké zlé úmysly, robili to veľmi prirodzene a ani jeden zo zvyšných spolužiakov to nijako zle nehodnotil. Po tom ako dozdobili halúzky, každý si ju zapichol do hliny v črepníku. Nasledovná úloha bola aby si z farebných papierov vystrihli lístky a dobre si rozmysleli komu chcú dať komplimenty, mohli dať jednému, viacerým ale aj všetkým spolužiakom, rozhodnutie bolo na nich. Začali strihať a tvoriť kôpky. Jedna zo žiačok si na stôl urobila kôpky s menami spolužiakov (príloha č. 29). Jej príklad nasledovali aj zvyšní a listy komplimentov si ukladali každý na svoj stôl do kôpok. Keď mali hotové, postupne mali povedať komu aký lístok pripnú na konárik. Poradie akým budú prezentovať, sme žrebovali. Každý si najprv vytiahol číslo z vedierka, a po tom ako mali všetci v ruke svoje číslo a vedierko zostalo prázdne vrátili papieriky s číslami späť aby sme mohli postupne vyťahovať a losovaním podávali na strom lístky komplimentov. Nakoľko sa pri tejto hre musí predpokladať, že niektorí so žiakov nemusí dostať lístok, vždy je dobre mať predpripravené a vystrihnuté lístky. V prípade, že by k takej situácii došlo, žiakovi by sme podali lístky a pochválili ho. Začali postupne ako sme losovali prichádzať ku svojmu stromu, ktorý vytvorili a podávali listy komplimentov spolužiakom. Predpripravené lístky sme nakoniec nemuseli použiť, každý mal na svojom konáriku kôpu komplimentov v podobe listov (príloha č. 30).

Reflexia:

Ľudmila: „Páčilo sa mi, že sme mohli vytvoriť niečo pekné s ostatnými. Bol to pekný spôsob spolupráce medzi nami. Najviac sa mi páčilo, že sme sa medzitým mohli zahrať.“

Klára: „Páčilo sa mi, že sme si medzi sebou vymieňali komplimenty pomocou farebných lístkov. Bolo to celkom fajn, že sme nemuseli hovoriť a predsa sme niekomu podali farebný kompliment. Ani som nečakala, že sa môj konár takto dozdobí, bála som sa, či vôbec niečo na ňom bude. Ja som sa rozhodla dať všetky farby všetkým spolužiakom, myslím, že všetci máme vlastnosti, ktoré boli farbám priradené.“

Tatiana: „Cítila som sa šťastná, keď som videla ako moji spolužiaci zdobili konár, ktorý som si ja ozdobila handričkami, našla som aj mačičku, ktorá sa na konár hodila. Mám rada mačičky a pritom sa aj šplhajú po strome, okamžite som vedela, že ju na ten konár dám. Bola som prekvapená, že mi lístok komplimentu dali aj takí spolužiaci, s ktorými moc v triede nie som. Ja som dala listy všetkým spolužiakom, ale nie všetkým som dala všetky farby.“

Martin: „Páčilo sa mi, že sme mohli vybrať farbu a tak dať kompliment svojmu spolužiakovi, úplne bez slov iba tam dať. Atmosféra v triede bola príjemná, k tomu sa nám podarilo aj zahrať, čo sa mi veľmi páčilo. Ja mám rád tieto stretnutia, pretože sa nehádame a dokážeme spolupracovať a okrem toho ma to baví.“

Jakub: „Bolo super dostať šancu zdobiť svoj konár a cítil som sa dobre keď sme si kládli konáre do črepníka a začali tvoriť spoločný strom. Báľ som sa, že mi nikto nedá list, pretože sa s nikým moc nekamarátim. Najradšej som sám, aby nebolo, že zase niečo urobím, potom sa každý iba hnevá.“

Peter: „Bolo to zaujímavé, každý zdobil konár svojím spôsobom. Inak som aj pomohol Jakubovi aby dozdobil konár špagátom. Chcel to mať ako ja, tak som mu pomáhal. Nikdy sme spolu takto nespupracovali. Nebolo to zlé. Keď som dal svoj konár do črepníka, bol som v napätí či dostanem nejaký lístok a uľavilo sa mi, že som od každého nejaký dostal a to aj od tých, s ktorými nebývam často, prekvapila ma Petra, ona mi dala modrý a žltý list (šikovný, pomoc). No ja šaškujem, ale som keď bolo treba naozaj vždy pomohol. Takže som rád, že mi takto vyzdobili konár.“

Soňa: „Počas práce som sa pridala ku Ľudmile a Petre, chcela som dnes s nimi zdobiť konár, pretože ma to tak dostalo na stretnutí predtým ako o niektorých nič nevieme a ani sa nesnažíme zistiť. Od minulého stretnutia sa s Ľudmilou a Petrou častejšie bavím, aj cez prestávky sa rozprávame, som rada pretože zisťujem, ako máme aj niektoré spoločné záujmy. S Ľudmilou sme sa dohodli a minulý týždeň sme boli spolu na prechádzke. Stretli sme aj Sofiu. Ja som všetkým spolužiakom dala všetky lístky. Chcela som nás všetkých pochváliť. Nebola som si istá, či mne niekto dá lístok, bola som z toho aj nervózna, ale všetko dobre dopadlo. Pre mňa to znamená, že nie sme takí zlí ako sme si mysleli.“

Petra: „Ja som dala nejaké listy, každému spolužiakovi“. Ticho, Petra už nič nepovedala.

Paulína: „Môj konár som zdobila farebnou látkou, skúšala som trochu inak, nakoniec som to nechala takto, podobá sa to na kráľičie uši. Listy som dala každému spolužiakovi, rozmýšľala som, že ktorý, nakoniec som všetkým dala všetky, prišlo mi to ako dobré rozhodnutie.“

Sofia: „Ja som môj konár obmotala špagátom, váhala som medzi handričkami no nakoniec som sa rozhodla pre špagát. A listy som chcela dať všetkým spolužiakom všetky a tak som si urobila kôpky s menami a na každú poukladala všetky farby listou. Na listoch som si urobila dierku a navliekla ich na špagát, aby som ľahšie všetkým dala na konár. Dala som všetky pretože aj tí, čo robia zle v triede, majú aj tieto dobré vlastnosti. Bolo by dobre, keď by si ponechali iba tieto.“

Reflexia sedenia:

Deviate sedenie prinieslo príjemné prekvapenie v podobe žiakmi upravenej triedy, ktorá hneď od začiatku navodila príjemnú atmosféru. Aktivita „Teraz som“ slúžila ako efektívny rozohrievač a uvoľnenie po náročných vyučovacích hodinách. Arteterapeutická aktivita bola zameraná na posilnenie vzájomného oceňovania. Spontánne vznikla hra s kĺbkom špagátu a ukázala dynamiku triedy ako aj vodcovské vlastnosti niektorých žiakov. Zároveň poukázala na izoláciu žiaka, ktorú neskôr v arteterapeutickej aktivite vodca triedy prirodzene a bez zlého úmyslu prekonal. Reflexia žiakov po skončení aktivít odzrkadľovala ich spokojnosť s priebehom sedenia. Oceňovali možnosť tvorby, spolupráce a vzájomného pochválenia. Z ich slov bolo cítiť radosť z aktivít a posilňovanie vzájomných vzťahov v triede.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Jedenáste sedenie

Rozohrievačka: „Hádaj, čo kreslím“

Pomôcky: školská tabuľa, krieda

Čas: 15 min

Arteterapeutické cvičenie: Modelujem triedu

Cieľ: Cieľom arteterapeutického cvičenia je formovať dynamiku triedy a zlepšiť sociálnu interakciu medzi žiakmi.

Pomôcky: podložky, plastelína, hlina

Čas: 40 min

Reflexia: podľa potreby

Ukončenie: „Ide, ide vláčik“

Pomôcky: hudobná nahrávka detskej pesničky: Ide, ide vláčik, ide, ide vlak

Čas: 10 min

Priebeh stretnutia:

Na tomto sedení sme sa zamerali na triedu ako celok. Na úvod nášho stretnutia si žiaci zastali do kruhu a dali sme si riekanku mien. Hneď po prvom stretnutí sa im táto riekanka páčila a stala sa naším uvítacím rituálom. Po riekanke nasledovala rozohrievacia aktivita, ktorá mala žiakov uvoľniť a namotivovať na ďalšiu prácu, ktorú sme si prichystali. Aktivita pod menom „Hádaj čo kreslím“ prebehla veľmi dobre, žiaci sa zasmiali, pobavili, zavtipkovali. Každý žiak dostal za úlohu nejaký jednoduchý úkol na tabuľu nakresliť napríklad veselú mačičku. Počas kresby mohli žiaci hádať čo to bude, ale žiak im slovne nemohol odpovedať, iba pohybom hlavy, výrazom tváre. Žiakom sa darilo odpovedať čo to je, to čo bolo ťažšie, bolo uhádnuť vlastnosť toho predmetu, zvieratka. Bolo viditeľné, že sa bavili. Aj tí, žiaci ktorí sa predtým do takýchto aktivít nezapájali, dnes úplne v pohode hovorili čo si myslia, okrem jedného dievčaťa, ktoré aj napriek tomu, že sa spolužiaci naučili dať aj jej priestor na vyjadrenie, aj tak málo alebo vôbec nič nepovedala.

Po tom ako sa vystriedali všetci, ktorí si túto aktivitu chceli vyskúšať, dali sme si niekoľko stolov dokopy, tak aby žiaci sedeli v kruhu. Na túto aktivitu žiaci mali prichystanú plastelínu a ich úlohou bolo vymodelovať svoju triedu – seba, spolužiakov tak ako to cítia. Zhodnotili, že by najradšej každý urobil sám seba a spoločne by poukladali figúrky podľa toho, kto čo v triede robí, s kým sa najčastejšie cez prestávku baví (príloha č. 31). Začali pracovať, pritom sa smiali, rozprávali, hovorili zážitky, ktoré už ako trieda majú za sebou. Niektorí z nich si aj spomenuli ako do školy prišli a ako sa cítili.

Peter hovoril o tom, ako na školu nastúpil s veľkým strachom a nakoniec ako to preňho dobre dopadlo. Ako neznášal poznámky, ktoré každý deň dostával a keď prišiel aj kadečo urobil, no poznámky nemával.

Terapeut: „Prečo to podľa teba teraz, už bolo bez poznámok?“

Peter: „Neviem, ale viem, že som sa cítil lepšie. Aj spolužiaci boli iní, hneď sme sa kamarátili aj keď som sa bál odmietnutia. Nehovorili na mňa zle, aj keď som sa vtedy predvádzal. Najčastejšie som Soni robieval zle. Pamätám, že som jej bol roztrhol tašku, tričko. Dnes už také veci nerobím, bol som predsa tretiak.“

Jakub: „Ja si ťa tiež pamätám, že keď si prišiel, mal si najviac hádok s našim spolužiakom, ktorý už odišiel. Musela vás často brať na rozhovor aj pani psychologička.“

Tatiana: „Aj so mnou sa hádal, ale pán učiteľ vždy našiel riešenie, za nami do triedy chodili pani psychologička a sociálna, kvôli tomu, že sme aj plakali.“

Pri práci si žiaci nemali problém požičať aj posledný kus plastelíny. Každý sa s úlohou popasoval ako vedel, bolo vidieť, že ich to baví. Postavičky sa snažili robiť čo najautentickejšie, tak aby sa im podobali. Niektorí pracovali rýchlejšie, niektorí pomalšie, tí rýchlejší urobili aj bráničku na futbal, sedačku. Pozoruhodné bolo, keď vodcovská skupina Peter a Martin povedali Jakubovi, ktorý sa nezapájal do spoločných aktivít s nimi, aby si svoju postavičku dal ku nim, akože budú všetci hrať futbal. Viditeľne spokojný s týmto návrhom Jakub, pridal postavičku ku spolužiakom. Dievčatá vytvorili na papieri dve skupinky. Jedna sedela na sedačke a druhá sa rozprávala ďalej (príloha č. 32).

Reflexia:

Peter: „Cítil som sa dobre, keď som pozval Jakuba medzi nás s jeho figúrkou a bolo super, že sa zapojil a neodmietol.“

Martin: „Aj ja som rád, že sme Jakuba pozvali do hry.“

Jakub: „Bol som rád, že ma aj takýmto spôsobom pozvali hrať sa, že sme sa tvárili akoby sme chalani hrali naozaj futbal.“

Soňa: „Páčila sa mi moja vytvorená skupina s Ľudmilou a Petrou, bolo to zábavné, vymysleli sme si, že sa rozprávajú o rôznych veciach. Mali by sme pokračovať byť spolu aj po tejto hodine.“

Petra: „Mne sa tiež páčilo, že sme vytvorili skupinu, lebo som si nebola istá kde si figúrku mám dať.“

Sofia: „Mne sa páčila práca s plastelínou, na začiatku som si myslela, že sa mi nepodarí urobiť figúrku ktorá bude stáť, no podarilo sa a bola som rada.“

Ľudmila: „Bolo to super, že sme sa dokázali deliť s plastelínou, bez toho aby sme sa hádali.“

Klára: „My sme si s babami vyrobili aj sedačku do triedy, bola som rada, že je to tak, pretože som urobila figúrku, ktorá stále padala, takto som ju položila sedieť, pridala sa aj Paulína a Tatiana. Paulínina postavička tiež padala, posadila ju vedľa mojej na sedačku.“

Paulína: „Ako povedala Klára, bola som aj rada, že sme to poriešili takýmto spôsobom. Keď by sme nevyrobili sedačku, neviem, kde by som postavičku dala, okrem toho nebola som si istá ani ku ktorej skupine ju dať, sedačka to vyriešila za mňa.“

Tatiana: „Ja som si postavičku položila ku Kláre a Paulíne, no rozmýšľala som, že by bolo v poriadku dať ju aj medzi baby. To čo sa mne páčilo, bolo že Peter pozval Jakuba, aby si dal postavičku ku nim. Všimam si, že sme aj cez prestávky už trochu inak naladení, častejšie sa medzi sebou rozprávame a aj menej sa hádame. Aj keď občas sa Martin nevie zastaviť, myslí si, že je vtipný, no keď stále opakuje to isté dookola, prestáva to byť zaujímavé.“

Na záver nášho stretnutia sme si zvolili aktivitu s hudobnou nahrávkou: Ide, ide vláčik. Žiaci sa evidentne zabavili a spontánne sa chytili, aby napodobnili vláčik. Nikto z nich neriešil, kde stojí aj keď pozorovaním bolo vidieť, že vodcovia sa postavili prví a potom sa postavili zvyšní žiaci.

Reflexia sedenia:

V rozohrievacej aktivite sme žiakom dali nakresliť jednoduché predmety a vyjadrovať sa iba prostredníctvom pohybu a výrazu tváre, čím sme podporili ich emocionálnu expresivitu a vnímanie vzájomnej neverbálnej komunikácie. Pri modelovaní sme pozorovali žiakov, ako si vytvárali a umiestňovali svoje postavy, čo nám poskytlo vhl'ad do ich sociálnej dynamiky a vzájomných vzťahov. Po skončení tvorivého procesu sme prešli k reflexii, kde sme sa zameriavali na identifikáciu pozitívnych interakcií a spoločných skúseností. Žiaci vyjadrovali spokojnosť s ich schopnosťou spolupracovať a podporovať sa navzájom. Nakoniec sme si vybrali hudobnú aktivitu na upevnenie pocitu kolektívnej súdržnosti a zároveň na rozvoj priestoru pre ďalšie terapeutické intervencie.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Dvanáste sedenie

Rozohrievačka: „Dvojice s fixkami“

Pomôcky: fixky alebo pastelky

Čas: 15 min

Arteterapeutické cvičenie: „Strom triedy“

Cieľ: podnietenie reflexie a diskusie medzi žiakmi o ich osobných pocitoch, vzťahoch a postavení v rámci triedy.

Pomôcky: výkres pre každého žiaka, pastelky, voskové pastelky, nožnice

Čas: podľa potreby – aktivita je rozdelená na viacej častí

Reflexia: podľa potreby

Ukončenie: „Hodnotím dnešnú aktivitu“

Pomôcky: papier, ceruzka

Čas: 10 min

Priebeh stretnutia:

Počas dnešného stretnutia sme so žiakmi realizovali arteterapeutickú aktivitu „Strom triedy“. Žiakom sme priniesli rôzne výtvarné materiály, no všetci sa zamerali na pastelky. Každý mal nakresliť strom, ktorý sme následne rozstrihali na šesť rovnakých častí a skúsili z týchto častí vytvoriť nový strom. Keď boli spokojní s tým čo vytvorili, vyzvali sme ich aby sa poprechádzali po triede a popozerali si stromy spolužiakov. Po tejto časti sme im umožnili, aby si vymenili niektoré časti svojich stromov s inými spolužiakmi, ale obaja s tým musia súhlasiť. Žiaci chodili po triede a vymieňali si časti stromu, boli aj takí, ktorí si na začiatku nechceli vymeniť nič, boli s tým čo urobili spokojní, no pozerajúc, ako sa spolužiaci s tým hrajú nakoniec aj oni súhlasili. Nakoľko vzhľadom na ich diagnózy stromy boli podobné a tak ich skombinovali veľmi rýchlo podľa svojich predstáv (príloha č. 33). Pozorovaním sa dalo vidieť, že sú spokojní. Keďže všetky naše aktivity boli zamerané na klímu a vzťahy v triede vyzvali, sme žiakov aby všetky kúsky stromov dali dokopy a urobili z nich jeden spoločný pre celú triedu, môžu ho meniť až kým nebudú všetci s ním spokojní. Bolo vidieť, že sú z úlohy nadšení. Dotvárali ho dlho. Potrebovali na túto úlohu najdlhší čas so všetkých sedení. Všetci spoločne pracovali na strome (príloha č. 34). Vyzývali ku spolupráci aj Petru, ktorá sa aj napriek tomu, že ju akceptovali a dávali priestor aj ďalej nevedela zapojiť do spoločných aktivít. Na rozdiel od nej sa Jakub zapájal a kládol papieriky kde sa podľa neho hodili. Do aktivity sa zapájali aj Ludmila a Soňa. Všetci chodili dookola a snažili sa vytvoriť ten správny strom. Od začiatku po ukončenie tejto úlohy potrebovali žiaci vyše 45 min (príloha č. 35). Diskusia medzi nimi bola otvorená a rešpektujúca.

Reflexia:

Peter: „Na začiatku som sa cítil nervózne, lebo som si nebol istý, čo od tejto aktivity očakávať, ale nakoniec bolo skvelé vidieť ako sme dokázali spoločne vytvoriť jeden strom z našich kúskov. Spolu s Tatianou sme mali nápad ako by strom mal vyzeráť, no spolužiaci ho úplne zmenili. Myslel som, že sa mi nebude páčiť, ale som predsa s ním spokojný.“

Martin: „Táto aktivita bola jedna z najlepších, ktoré ste s nami robili. Nemal som veľkú chuť meniť svoj strom, bol som s ním spokojný tak, ako bol, no urobiť spoločný strom bol dobrý nápad.“

Soňa: „Zdalo sa mi, že veľmi dlho tvoríme spoločný strom. Niekoľkokrát sme ho menili, aj tak sa mi vidí, že nakoniec je rovnaký ako sme to chceli na začiatku. Ale páči sa mi, som s ním spokojná.“

Klára: „Teraz keď pozerám tento strom je mi ľúto, že sme nepoužili aj tempery alebo farebný papier, mohol byť strom farebnejší. Ale aj takto je to v poriadku asi aj preto, že sme sa dokázali zhodnúť.“

Jakub: „Aj mne sa páčila aktivita, aj to, že som sa bez strachu mohol zapojiť a nemyslieť, že niečo pokazím. Videl som, že Tatiana so všetkým nesúhlasila, ale nechala tak a pridávala k tomu iné časti.“

Petra: „Mne sa strom páči“ Terapeut: „Na strome si nič nemenila, iba pozorovala, chceš teraz na ňom niečo vymeniť?“ Petra: „Nie.“

Tatiana: „Ja som so stromom spokojná, niektorí spolužiaci to ukladali dosť čudne, ale nakoniec sme sa zhodli, že zelené časti dáme hore a hnedé ako kmeň a konáre. A ako povedala Klára, škoda že sme nevyužili aj iné materiály, možno farebný papier, temperu a aj látky, vedela by som to teraz aj inak urobiť. Bola by som rada, keď by sme si aktivitu niekedy zopakovali zas.“

Ludmila: „Mne sa náš strom tiež páči, nevedela som čo presne robíme, ale potom sa to začalo podobať na strom a bolo ľahšie dávať papieriky, kde sme chceli.“

Paulína: „Ja sa zhodujem s Tatianou a Klárou, že sme mohli strom urobiť farebnejšie, ale aj takto je to celkom dobre. Trochu mi na začiatku vadilo, že Tatiana a Peter chceli urobiť všetko sami, ale začali sme sa zapájať a meniť to, čo urobili oni. Každý niečím prispel, ale keď by ste sa neopýtali vôbec by som nevedela, že Petra nič na strome nezmenila.“

Tomáš: „Mne sa aktivita páčila, ale som celkom nepochopil, prečo sme stále niečo menili a aj tak sa mi, ako povedala Soňa, zdá veľmi podobný ako na začiatku. Celú dobu som sa snažil vysvetliť spolužiakom aby sme stromu urobili aj konáre. Poslúchli ma až keď som ich začal sám skladať. Takže som rád nakoniec.“

Sofia: „Ja som sa do aktivity zapojila pri konci, nechala som aby urobili základ a iba som upravila, čo sa mi nepáčilo.“

Reflexia sedenia:

V priebehu aktivity sme sledovali angažovanosť a schopnosť žiakov spolupracovať. Pozorovali sme ako si žiaci vymieňajú názory a reflektovali svoje postavenie v kolektíve. Ich participácia a schopnosť otvorene sa vyjadrovať naznačovala pozitívny vplyv arteterapie na rozvoj sociálnych zručností a vnímania seba a iných.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Trináste sedenie

Rozohrievačka: „Neverbálna komunikácia“

Pomôcky: žiadne

Arteterapeutické cvičenie: projektívny kresebný test – **Kresba ľudskej postavy**

Cieľ: Podpora dôvery a komunikácie medzi žiakmi, kreslenie postavy ako výstupného projektívneho kresebného testu.

Pomôcky: papier, pastelky

Čas: 20 min

Reflexia – čas: podľa potreby

Ukončenie: „Skús mi dôverovať“

Pomôcky: rôzne predmety ako prekážková dráha v triede, šatka pre každú dvojicu

Čas: 20 min

Priebeh stretnutia:

Na úvod trinásteho sedenia sme si zvolili rozohrievaciu aktivitu „Neverbálna komunikácia“ kde sa žiaci pohľadom mali rozprávať. Mala to byť aktivita v dvojiciach ale prirodzene sa žiaci dali do kruhu a pozerali čo im spolužiak chcel stvárniť, pričom sa snažili uhádnuť.

Po rozohrievacej aktivite sme prešli k hlavnému arteterapeutickému cvičeniu, ktoré sa zameriavalo na kresbu ľudskej postavy.

Na záver stretnutia sme si zvolili aktivitu „Skús mi dôverovať“. Žiaci boli v dvojiciach jeden mal na očiach šatku, druhý ho viedol cez prekážkovú dráhu. Dvojice sme vytvorili aby spolu boli chlapec a dievča jeden chlapec si zahral dva krát a dve dievčatá zostali spolu. Prekážky boli stoličky a stoly vyhlí sme sa menším predmetom aby neprišlo k poraneniám. Dvojice sa viedli hlasom no boli blízko spolužiaka aby ten druhý počul navigovanie a v prípade potreby aby mohol aj zasiahnuť a usmerniť spolužiaka aj dotykom. Viditeľne ich hra zaujala. Všetci sa snažili, boli sme radi že hra prebehla bez konfliktov a hnevu. S postupným a pravidelným stretnutím sa s triedou je viditeľne uvoľnenejšia atmosféra a žiaci nemajú problém medzi sebou spolupracovať. Už im nevadil ani náhodný výber spoluhráča. Keď sa všetci vystriedali, zhodnotili sme ako sa im spolupracovalo.

Reflexia:

Peter: „Ja som bol s Ľudmilou, nebolo to zlé, no mal som pocit akoby sa bála keď som ju hlasno povzbudzoval a preto som sa snažil byť tichší.“

Ľudmila: „Ani som nevedela, že budem vedieť niekoho viesť. Bola to nová skúsenosť.“

Martin: „Mne sa nepodarilo prejsť dráhu nakoľko Petra hovorila veľmi ticho a vôbec som nepočul čo mi hovorí, niekedy som si myslel že ani nič nehovorí. Neviem či mala strach a aj keď som viedol ja bála sa ísť vpred, musela sa na začiatku uisťovať, už ku koncu pochopila, že ju neklamem a môže sa pohybovať. Vlastne mi sme prvý krát spolu v niečom spolupracovali. Takže to môže byť aj tým.“

Zvyšní žiaci hodnotili aktivitu pozitívne.

Reflexia stretnutia:

Počas trinásteho stretnutia sme spozorovali zlepšenie komunikačných zručností a dôvery medzi žiakmi. Umožnili sme žiakom komunikovať neverbálne, čo je tiež dôležitý aspekt sociálnej interakcie. Vytvorenie dvojíc s rôznymi postavami umožnilo žiakom zažiť rôzne úlohy a perspektívy. Napriek počítačnej neistote sa žiaci postupne otvárali a prejavovali väčšiu dôveru vo svoje schopnosti a aj schopnostiam spolužiakov. Zaznamenali sme aj snahu žiakov porozumieť si navzájom a prispôbiť sa potrebám svojho partnera, čo naznačuje rastúce porozumenie a empatiu medzi nimi.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Štrnástе sedenie

Rozohrievačka: „ Výroba náramkov“

Pomôcky: korálky, hrubšia niť alebo silonové vlákno

Čas: 30 min

Arteterapeutické cvičenie: projektívny kresebný test – **Test domu**

Cieľ: Cieľom sedenia je posilniť spoluprácu, kohéziu, toleranciu a zodpovedné správanie v triede

Pomôcky: výkres A4, pastelky

Čas: 20 min

Reflexia: podľa potreby

Ukončenie: „Ospravedlnenie“

Pomôcky: karitčky s rôznymi situáciami pri ktorých sa treba ospravedlniť, papier, pero

Priebeh stretnutia:

Sedenie sme začali kreatívnym rozohrievacím cvičením, výrobou náramkov. Žiaci vyrobený náramok mohli podarovať niektorému spolužiakovi, prípadne si ho mohli aj nechať. Žiaci boli s aktivitou spokojní. Vyrobili si náramky, niektorí aj niekoľko. Jeden si nechali a zvyšné dali spolužiakom. Veľká väčšina si však náramky nechala, páčilo sa im čo vyrobili a chceli si nechať. Po tom ako vyrobili náramky, dali sme im papier, pastelky mali pri sebe a požiadali ich aby nakreslili dom.

Začali kresliť, no bolo vidieť, že mali radšej kreatívnejšie práce. Niektorí kreslili rýchlejšie, niektorí pomalšie, aj napriek tomu, že sa im moc táto aktivita nezдалa, všetci si úlohu splnili. Keď mali nakreslené, sedenie sme ukončili aktivitou pod menom „Ospravedlnenie“, kde sme za pomoci kartičiek hovorili o rôznych situáciách, ktoré boli na kartičkách a pri ktorých bolo treba sa ospravedlniť. Žiaci hovorili svoje názory a aj kedy a prečo je potrebné ospravedlniť sa. Opýtali sme sa žiakov, či by sa našiel niekto kto by si zahral scénu podľa obrázku z kartičky. Dlhšie váhali, nakoniec sa prihlásil Peter, Martin a Tatiana.

Reflexia:

Klára: „Myslím si, že výroba náramkov bola super nápad. Bolo fajn mať niečo, čo sme si mohli navzájom darovať.“

Martin: „Náramok som si nechal pre seba, pretože sa mi páčil a cítil som sa s ním dobre.“

Paulína: „Bavilo ma kresliť dom, no omnoho lepšia aktivita bola výroba náramkov. Urobila som ich niekoľko dala som jeden Kláre, ale vzala som si ich aj domov.“

Tatiana: „Ospravedlnenie bolo zaujímavé, lebo sme sa mohli zamyslieť nad tým, kedy a ako sa ospravedlniť.“

Tomáš: „Aj keď nie som zvyknutý kresliť a vyrábať veci, bolo to celkom fajn. Bola to dobrá zmena od bežných vyučovacích hodín.“

Petra: „Náramky boli celkom fajn.“

Peter: „Ospravedlnenie mi pripomenulo, že to nehovorím často, ale je to dôležité keď urobím chybu. Ja som si zahral aj v scéne a necítil som sa dobre, keď ma spolužiačka udrela. Mňa nikdy v triede nikto neudrel a preto to pre mňa hrať bolo čudné.“

Martin: „Scénka na záver bola trochu nečakaná, bolo to zábavné, ale na druhú stranu viem ako to je keď ti niekto ublíži. Mali sme spolužiaka na minulej škole, ktorému pravidelne jeden žiak ubližoval.“

Jakub: „Mne bolo fajn, teším sa na ďalšie stretnutie.“

Reflexia sedenia:

Sedenie prebehlo plynulo a žiaci sa zdali byť spokojní s aktivitami. Bolo vidno, že ich potešila možnosť tvorivého prejavu a interakcie s ostatnými spolužiakmi. Výroba náramkov poskytla priestor na spoločnú tvorbu, zatiaľ čo aktivita s ospravedlnením im umožnila reflektovať nad sociálnymi situáciami a empatiou. Napriek počiatocnému váhaniu sa žiaci nakoniec zapojili aj do scény na záver. Celkovo bol tento zážitok pozitívnym príspevkom k rozvoju sociálnych zručností a pozitívnej atmosfére v triede.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Pätnáste sedenie

Rozohrievačka: „Cesta hada“

Pomôcky: žiadne

Čas: 10 min

Arteterapeutické cvičenie: projektívny kresebný test – **Začarovaná trieda**

Cieľ: Umožniť žiakom vyjadriť svoje vnútorné pocity, predstavy a vzťahy s ostatnými spolužiakmi prostredníctvom výstupného projektívneho kresebného testu.

Pomôcky: výkres A4, pastelky

Čas: 30 min

Reflexia - čas: podľa potreby

Ukončenie: „Telefón“

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 min

Priebeh stretnutia:

Stretnutie sme začali rozohrievačkou „Cesta hada“. Žiakom sme povedali hádanku: „Kto sa plazí popri stene, naplaší tam myšky malé, naženie strach kobylke, čo si sedí na byľke? (had). Bolo jasné, že všetci odpoveď vedeli a tak sme ich vyzvali aby sme spolu znázornili pohyby hada. Zapojili sa všetci a ešte sme ich poprosili aby sa všetci chytili za ruky a v kolónke ukázali nám ako sa had plazí. Žiaci automaticky ako stáli podali si ruky a napodobňovali plazenie hada. Bolo evidentné, že im už nevadilo s kým si ruky podajú. Ďalej sme pokračovali v arteterapeutickej intervencii, ktorá zahŕňala projektívny kresebný test „Začarovaná trieda“. Žiaci kreslili pastelkami. Po skončení kreslenia sme prešli k reflexii kde sme poskytli žiakom priestor aby povedali ako nakreslili svojich spolužiakov.

Reflexia:

Peter: „Ja som nás všetkých nakreslil ako pavúkov, myslím, že sme všetci snaživí a už aj lepšie spolu vychádzame.“

Martin: „Mne sa tentokrát lepšie kreslila trieda, vedel som viacej o spolužiakoch. Sofiu som nakreslil ako žirafu, pretože je najvyššia v triede. Tatiana je slon, pretože aj on je múdry ako ona. Seba, Petra a Tomáša som nakreslil ako opice, stále niečo vyvádza.“

Tatiana: „Trvalo mi trochu dlhšie kým som si rozmyslela, čo presne nakreslím, ale nakoniec je to takto. Sofia je jazvečík, pretože je najvyššia a jazvečík je dlhý. Martin sa zlepšil a tak som ho nakreslila ako mravca. Petru som nakreslila ako morskú hviezdu, pretože je stále ticho.“

Ludmila: „Petra som nakreslila ako medveďa predváža sa, že je najsilnejší. Klára ako korytnačka, povedala, že má doma korytnačku. Tomáš mravec, pretože je usilovný. Tatiana zajac, pretože som zistila že ho má doma.“

Sofia: „Soňu som nakreslila ako koňa, má ich rada a aj chodí na jazdy. Tatiana je sova, vždy všetko vie. Peter lev, snaží sa vždy vo všetkom vládnuť. Martin a Tomáš psíkovia, neustále pobehujú po triede.“

Petra: „Petra motýľ, Klára korytnačka, Soňa líška.“

Soňa: „Ja som nakreslila Sofiu ako žirafu, je z nás najvyššia. Peter a Martin ako opice, stále vystrájajú. Paulínu ako labuť, lebo je ku mne milá Ludmilu a Petru ako myšky lebo sú tiché.“

Tomáš: „Ja som sa spolu s Martinom a Petrom nakreslil ako opice. Soňu ako koňa. Sofiu ako žirafu. Ludmilu a Petru ako myšky.“

Klára: „Tatiana sova, je najmúdrejšia. Matúš slimák, často sa sťahuje do svojej ulity. Peter opica, zabáva celú triedu. Ludmila mačka, Roman delfín, Laura kôň.“

Na záver sedenia sme si zahrali známu hru „Telefón“. Vyzvali sme žiakov sadnúť si na zem do kruhu. Pozorovaním sme zistili, že si sadali intuitívne bez toho aby si vybrali miesta ku komu si sadnú. Mali si pošepkať niečo pozitívne so stretnutia. Posledný v kruhu mal povedať nahlas. Cieľom bolo aby sa odkaz vrátil bez zmien. Následne sme hovorili so žiakmi, že presne aj takýmto spôsobom môžu vznikajú konflikty. Niečo sme počuli ale nezistíme či to je pravdivé.

Reflexia sedenia:

Celkovo hodnotíme stretnutie ako úspešné. Žiaci mali možnosť vyjadriť svoje vnútorné pocity a vzťahy s ostatnými spolužiakmi formou výtvarného vyjadrenia. Ich kresby a komentáre odzrkadľovali ich vnímanie spolužiakov v triede. Hra „Telefón“ poskytla žiakom príležitosť k ďalšej interakcii a komunikácii. Ich intuitívne rozhodnutie sadnúť si do kruhu bez, toho aby si vybrali miesto, naznačuje príjemnú atmosféru a dôveru v kolektíve. Je však dôležité, že sme po hre otvorene diskutovali o tom, ako malé nepresnosti alebo nedorozumenia v komunikácii môžu viesť k nedorozumeniam a konfliktom.

Arteterapeutická intervencia v školskej triede: Šestnásťte sedenie

Rozohrievačka: „Poznám sa?“

Pomôcky: ľubovoľné predmety, podľa počtu žiakov a niekoľko navyše (šálka, kancelárska spinka, kamienok, sponka...)

Čas: 30 min

Arteterapeutické cvičenie: projektívny kresebný test – **Test stromu**

Cieľ: Cieľom tohto sedenia je umožniť žiakom zhodnotiť ich pocity a skúsenosti z predchádzajúcich aktivít a sedení.

Pomôcky: papier A4, ceruzky

Čas: 20 min

Reflexia – podľa potreby

Ukončenie: Záverečné zhodnotenie a **vyplnenie testov:**

- Rosenbergov test sebahodnotenia,
- Sociometria podľa Jacoba L. Morena,

Čas: 30 min

Priebeh stretnutia:

Šestnásťte sedenie bolo naše záverečné sedenie so šiestou triedou. Rozhodli sme sa začať aktivitou kde sme priniesli nejaké predmety ktoré si žiaci mali vybrať a povedať nejakú svoju vlastnosť. Rozhodli sme sa predmety nevyberať, ale nechať žiakov aby si sami našli v triede čo by ich mohlo predstavovať.

Reflexia:

Sofia si zastala ku rebríku ktorý bol v triede, vysvetlila to tým, že jej všetci hovoria ako je vysoká.

Martin si vzal halúzku z črepníka, povedal ako rád šaškuje a aj pri kresbe zvierat sa nakreslil ako opica.

Tatiana mala lepidlo, jej dôvod bol, že rada tvorí a vymýšľa nové veci.

Paulína si vzala knihu, prezradila, že veľmi rada číta.

Klára si vybrala kamienok, rozhodne som si ho zvolila pretože sa považujem za veľmi tvrdohlavú, bola jej odpoveď.

Peter našiel varenku konštatoval, že tá sa k nemu hodí, pretože aj on sa do všetkého stará.

Petra si vzala papier, no nevedela povedať prečo.

Jakub si vybral čiapku, naznačil tým, že je rád vonku na stavbe s otcom.

Tomáš nám povedal, že si vybral pero, rád kreslí.

Soňa našla šálku v triede, nevedela akoby ju mala charakterizovať, vzala si preto, že sa jej páčila.

Ludmila si vzala črepník s kvetom, povedala že má rada kvety a aj ich doma pestuje.

Pýtali sme sa žiakov či niečo z tohto vedeli o svojich spolužiakov. Niektorí áno, niektorí nie. uzavreli sme aktivitu konštatáciu, že sa majú spolu viacej rozprávať, bez rozhovoru nezistia o sebe nič.

Následne sme žiakov vyzvali aby si sadli a nakreslili strom. Po tom ako skončili s kreslením poprosili sme ich aby vyplnili výstupné sociometrické dotazníky.

Nakoľko sme posledné stretnutie mali tesne pred Veľkonočnými sviatkami, spolu sme vyrobili Morenu ktorú neskôr v rámci školskej akcie žiaci mali hodiť do potoka a rozlúčiť sa so zimou.

Záverečné zhodnotenie:

Peter: „Tieto stretnutia mi pomohli lepšie porozumieť ostatným v triede. Zistil som, že každému treba dať šancu.“

Ludmila: „Na začiatku stretnutí som bývala nervózna, no neskôr som sa na každé tešila, necítim sa zle v triede a nebojím sa povedať občas aj svoj názor.“

Martin: „Som prekvapený ako sme sa naučili vzájomne spolupracovať. Tiež mám viacej trpezlivosti keď niečo riešime.“

Tatiana: „Tieto stretnutia mi pomohli nájsť sa v triede, hovoriť čo si myslím. Cítim sa tu omnoho lepšie.“

Sofia: „Bola som nedôverčivá na začiatku, ale teraz vidím že spolu vychádzame celkom dobre. Isto je to omnoho lepšie ako predtým.“

Tomáš: „Som prekvapený, ako sme sa vedeli spolu zabaviť a zároveň aj učiť. Stretnutia boli super.“

Klára: „Nikdy som si nemyslela, že sa toľko naučím o sebe.“

Soňa: „Naučila som sa, že je dôležité otvorene sa vyjadrovať a aj počúvať ostatných.“

Jakub: „Ja sa cítim omnoho lepšie, už nie je ako na začiatku, keď som v triede iba ticho sedel. Mám už kamarátov, všetci sa rozprávame cez prestávky.“

Paulína: „Cítim, že sme sa ako trieda posunuli ďalej, aj keď sa občas pohádame vieme si to vyrozprávať, som na nás hrdá. Dúfam že tak zostane aj po tom ako sa prestaneme stretať.“

Petra: „Je tu omnoho lepšie.“

Reflexia stretnutia:

Po päťmesačnom pravidelnom stretnutí v rámci arteterapeutických aktivít sme odpozorovali významné pozitívne zmeny v sociálnej interakcii a emočnej pohode žiakov. v priebehu týchto stretnutí sme boli svedkami posilnenia sociálnych väzieb v triede. Ich schopnosť vyjadrovať sa a počúvať ostatných sa zlepšovala, čo prispievalo k vytváraniu pozitívnej atmosfére v triede. Ďalším pozitívnym aspektom bolo zlepšenie sebahodnotenia a sebavedomia žiakov. Prostredníctvom rôznych arteterapeutických cvičení mali príležitosť preskúmať svoje vnútorné pocity a vzťahy s ostatnými spolužiakmi. Reflexívne procesy im pomohli lepšie pochopiť sa navzájom a nájsť svoje miesto v kolektíve.

HODNOTENIE VSTUPNÝCH A VÝSTUPNÝCH TESTOV

Kreslenie je komplexná aktivita, ktorá zohľadňuje súčinnosť rôznych aspektov dieťaťa v jeho vývine. Deti s vývinovými poruchami učenia často poukazujú špecifické rysy vo svojom výtvarnom prejave. Ich tendencia silne tlačiť ceruzkou na papier a kresliť väčšie obrázky môže byť výsledkom motorickej neobratnosti a nedostatočnej vizuomotorickej koordinácie. Ďalej je možné, že ich výtvarné práce trpia nepresnosťou kvôli nedostatku trpezlivosti na vykonanie úlohy. Pri diagnostickom hodnotení projektívnych kresebných testov sme venovali osobitnú pozornosť týmto faktom a konzultovali sme so psychologičkou so Súkromného centra prevencie a poradenstva ktorá úzko spolupracuje s týmito žiakmi.

Hodnotenie projektívneho testu – KRESBA POSTAVY

ĽUDMILA

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test

Chýba – nebola na stretnutí

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 36)

Veľkosť postavy primeraná. Kresbe hlavy zvýšená pozornosť, je zdôraznená viac než ostatné časti kresby. Najdôraznejšie sú oči s veľkými riasami. Bohaté, dlhé vlasy, zodpovedajú vlasom Ľudmily. Paže sú neprimerane dlhé siahajú až po kolená, chýbajú ruky. Naznačená je potreba spojiť sa s okolím, snaha o sebapresadenie. Nohy – chodidlá vzhľadom k postave neprimerane malé. Nohy sú symbolom rovnováhy a opory tela. Môžu tiež predstavovať nestabilitu role v nejakej sociálnej skupine (Altman, 1998).

SOŇA

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test

Chýba – nebola na stretnutí

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 37).

Kresba postavy neprimeraná veku, zapĺňa celý výkres. Môže byť signálom nejakých ťažkostí v sebaopätí a vo vzťahoch s prostredím v ktorom žije. Kresba postavy je s disproporciami niektorých

častí tela. Hlava je guľatá čo môže znamenať nízku sebadôveru (Altman, 1998). Na tváre sú najvýraznejšie nakreslené oči, nos v podobe čiary, veľké usmiate ústa. Na hlave chýbajú uši, čo môže poukázať na neschopnosť komunikácie (Davilo, 2008). Na krku náhrdelník, čo predstavuje racionálnu sebakontrolu. Ruky neprimerane tenké, chýbajú dlane a prsty, čo naznačuje možný problém v sociálnych vzťahoch (Altman, 1998). Soňa je v starostlivosti školského psychológa.

TOMÁŠ

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test (príloha č. 38).

Kresba postavy detská, hravá, predstavuje chlapca ktorý sa sánkuje. Veľkosť kresby primeraná, umiestnená je v ľavej časti s nachýlením hornej časti vpravo. Disproporciami medzi jednotlivými časťami postavy, dominuje veľká hlava, oči a dlhá štica, čo naznačuje zvýšené prispôsobovanie sa okolitému svetu. Chýba nos, ústa usmiate, malé v ľavej časti tváre. Ruky tenké, dlhé symbolizujú usilovanie o kontakt. Ruky sú zakončené kvetinkovými prstami, môže ísť o pocity vlastnej nedostatočnosti. Dolné končatiny a chodidlá sú vzhľadom k veľkosti kresby neprimerane malé, sú symbolom rovnováhy a opory tela. Kresba s okolitými detailmi. Osobnosť detinská, hravá (Altman, 1998).

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 39).

Druhá postava znázorňuje futbalistu. V porovnaní s prvou je vyššia. Postave chýba platforma, naznačuje, že mu chýba stabilita. Evidentné sú disproporcie v jednotlivých častiach tela. Dominuje veľká hlava a dlhý trup. Ruky sú dlhé a tenké s kvetinovými prstami, ktoré sú na tejto kresbe viditeľnejšie a vykreslenejšie, naznačujú lepší sociálny kontakt. Chodidlá malé vzhľadom k veľkosti postavy, naznačujú pocit neistoty. Čiary sú napájané, obľahované, neiste, zdvojené až strojené, výrazné gumovanie, naznačujú vnútorné emočné napätie, neistotu (Altman, 1998).

JAKUB

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test

Nezúčastnil sa sedenia.

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 40).

Kresba postavy schematická, vyjadrujúca grafického panáčika. Postava je malá naznačuje pocit neistoty. Nachádza sa na ľavej strane papiera naznačuje introvertne smerovanie. Skladá sa iba z kruhu a čiar, ktoré rysoval kružidlom a pravítkom. Veľká, guľatá hlava naznačuje citovú nezrelosť, nevyvinutú sebakoncepciu, utlmený sebarozvoj (Altman, 1998).

PETRA

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test

Nezúčastnila sa sedenia.

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 41).

Kresba postavy sa ťažko hodnotí, pretože keď porovnáme s kresbou Ľudmily sú rovnaké, veľká pravdepodobnosť že odkukala. Môže to znamenať, že sa s ňou stotožňuje, hľadá v nej podporu.

PETER

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test (príloha č. 42).

Kresba prevažne situovaná v hornej polovici výkresu. Postava je výrazne obtiahnutá, kontúrovaná čiernou pastelkou so silným prítlakom na papier, predstavujúca športovca s neprimerane veľkou hlavou. Hlava pôvodne nakreslená menšia, neskôr zväčšená ďalšou čiarou, ukazuje na zvýšené prispôsobenie okolitému svetu. Čiara môže predstavovať aj kapucňu mikiny ktorú má na hlave. Hlava je okrúhla čo znamená utlmený sebarozvoj a sebadôveru. Na hlave chýbajú vlasy, uši a nos. Oči sú znázornené čiarkami, ústa v podobe úsmevu, nakreslené jednou čiarou na pravej strane tváre. Nejasné rysy tváre naznačujú plachosť, problémy v sebahodnotení, nízke sebavedomie. Na rukách chýbajú dlane a prsty, naznačuje problém v komunikácii s okolím. Postava oblečená do športovo značkovej súpravy, značkové sú aj botasky na nohách postavy, čo naznačuje kompenzovanie. (Altman, 1998).

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č.43).

Postava takmer totožná s prvou, až na veľkosť hlavy, ktorá je s porovnaním s prvou kresbou omnoho menšia. Postava je nakreslená do športovo, značkovej súpravy.

KLÁRA

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test (príloha č. 44).

Kresba veľká smeruje k hornej časti papiera s disproporciami v jednotlivých častiach tela. Veľká guľatá hlava s naznačenou veľkou ofinou, naznačuje zvýšené prispôsobovanie okolitému svetu z kontrolujúcim citovým životom, nedôveru v seba. Details tváre menej výrazné, poukazujú na nízke sebavedomie. Na hlave chýbajú uši, poukazujú na neschopnosť komunikácie (Davido, 2008). Ruky krátke, bez dlani a prstov, naznačuje nedostatok sociálnych vzťahov. Chodidlá v porovnaní s postavou sú malé, sú symbolom rovnováhy a opory tela (Altman, 1998).

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 45).

Kresba postavy smerovaná k hornému okraju papiera. Disproporcía medzi veľkosťou hlavy a zvyšnej časti tela. Hlava prepracovaná s dôrazom na oči a obrovské vlasy. Ruky skryté za postavou naznačujú neistotu a strach z kontaktu s ľuďmi (Altman, 1998).

PAULÍNA

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test (príloha č. 46).

Kresbu nakreslila iba do polovice tela. Ruky, prsty, dolné končatiny v kresbe chýbajú. Kresba tváre je s výraznými črtami, so silno obtiahnutými líniami vôkol celej hlavy a zvyšku postavy. Chýbanie podstatných častí tela sa vyskytujú v kresbách u detí s emočnými ťažkosťami a problémami sebapoňatia (Altman, 1998). Na hlave chýbajú uši, čo naznačuje neschopnosť komunikácie (Davido, 2008). Ústa nakreslené silno, jednou čiarou, môžu naznačovať napätie (Altman, 1998).

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 47).

Druhá kresba postavy sa nachádza v takmer strede, v hornej časti papiera. Druhá kresba postavy, nie je obtiahnutá silným prítlakom pastelky okrem vlasou postavy. S porovnaním s prvou kresbou sú ústa plné. Ostatné časti tela sú nakreslené dysproporciálne. Ruky sú tesne pri trupe s malými kvietkovanými prstami, môže ísť o pocit vlastnej nedostatočnosti, ale aj neistotu v sociálnych kontaktoch. Dolné končatiny nakreslené s malými chodidlami, môžu znamenať neistotu, nestabilne uplatnenie v nejakej sociálnej skupine. (Altman 1998)

TATIANA

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test (príloha č. 48).

Kresba postavy menšia, umiestnená v strede papiera. Znáznomená ako modelka s dlhými hustými vlasmi (zodpovedajú opisu žiačky), s veľmi tenkým pásom (nezodpovedá reálnemu opisu žiačky). Postava oblečená do dlhých spoločenských šiat. Tieto prvky môžu naznačovať zameranie sa na vlastné telo, nespokojnosť (Altman, 1998). Postava je oblečená do dlhých spoločenských šiat. Celá postava je obtiahnutá čiernou pastelkou. Na hlave chýbajú uši, čo môže poukazovať na neschopnosť komunikácie (Davido, 2008). Na tvári sú ústa, nos, oči skryté pod ofinou. Ruky sú dlhé, ľavá ruka položená v bok, v pravej zdvihnutej nakreslená kabelka, čo môže naznačovať príčinnivosť, úsilie spojené s nárokmi získať niečo.

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 49).

Druhá je viditeľne väčšia, nakreslená v hornej časti papiera viac ku pravému okraju. Disproporčne znázornené časti tela. Na rozdiel od prvej postavy väčšia okrúhla hlava, ktorá môže naznačovať zníženú sebadôveru. Vlasy na druhej postave vyčesané v cope. Dva dlhšie vlasy čiastočne prekrywajú oči. V očiach znázornené slzy (pred stretnutím mali dievčatá konflikt medzi sebou). Na tvári je jemne znázornený nos, ústa väčšie, usmiate. Na hlave chýbajú uši. Postava na rozdiel od prvej nemá zvýraznený tenký pas, je nakreslený primerane k postave. Ruky sú skryté za chrbtom, symbolizujú sociabilitu, usilovanie o kontakt. Chodidlá skryté dlhými nohavicami. Na krku postavy je náhrdelník, čo naznačuje racionálnu sebakontrolu (Altman, 1998).

MARTIN

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test (príloha č. 50).

Kresba umiestnená skôr vľavo, naznačuje introverziu. Disproporcie jednotlivých častí tela, hlava malá, čo môže naznačovať nevyrovnanosť, adaptačne problémy. Tvár obsahuje všetky prvky: oči, uši, nos, ústa ako aj vlasy. Trup je geometrického tvaru, ruky dlhé, zle napojené na telo, končia sa prstami ktoré sú špicaté, prejavy agresie. Nohy dlhé s pomerne veľkými chodidlami (Altman, 1998).

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 51).

Druhá kresba grafomotoricky lepšie zvládnutá, umiestnená v hornej polovici výkresu smerom vľavo. V porovnaní s prvou kresbou hlava je väčšia s vlasmi. Tvár obsahuje všetky prvky: oči, uši, ústa, nos. Krk pomerne dlhý, je symbolom pre kontrolu. Trup a nohy geometrického tvaru., s omnoho menšími chodidlami ako na prvej postave. Ruky dlhé a tenké končiace sa prstami ktoré sú na druhej kresbe postavy zaoblené (Altman, 1998).

SOFIA

Prvá kresba postavy – vstupný projektívny kresebný test

Nezúčastnila sa sedenia.

Druhá kresba postavy – výstupný projektívny kresebný test (príloha č. 52).

Postava malá, s neistými čiarami, pregumovaná, nefarebná, s disproporciami v jednotlivých častiach, grafomotoricky nezvládnutá. Všeobecne tieto prejavy v kresbe naznačujú emočné napätie, neistotu. Hlava veľká, guľatá môže znamenať nízke sebavedomie. Tvár má všetky prvky: oči, nos, ústa. Na hlave chýbajú uši. Ruky tenké končiace sa kvetinkovými prstami. Nohy s malými chodidlami.

Hodnotenie projektívneho testu – KRESBA DOMU

ĽUDMILA

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Dom umiestnený v hornej časti výkresu. Dom s nedokončenou strechou, nezmetila sa celá na výkres. Na streche je komín z ktorého ide dym, predstavuje teplo domova. Pred domom je trávnik a cestička ktorá vedie ku dverám. Čo môže znamenať potrebu sociálneho kontaktu. Dom má malé okná, dvere s kľučkou a kukátkom. Na oblohe sú oblaky.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

Dom je nakreslený veselými farbami, s okolitými detailmi. Kresba sa v porovnaní s prvou zmestila do formátu papiera. Na streche je komín z ktorého sa dymí, predstavuje teplo domova. Dom má veľké okná, predstavujúce presvietenosť, sú obtiahnuté čiernou pastelkou. Na dome sú malé dvere s kľučkou a zvýrazneným kukátkom pri dome je plot, naznačené stanovené hranice, neprístupnosť. Vôkol domu je trávnik s viditeľne nakreslenými detailmi trávy. Na oblohe sú oblaky, vtáky a slnko. Pri rozhovore Ľudmila povedala, že sa cíti dobre, bola u nej na návšteve aj kamarátka zo školy, preto nakreslila slnko, boli vonku a bolo teplo.

SOŇA

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba domu zasadená do priestoru v strednej časti papiera. Pôsobí dojmom akoby sa nakrivoval na pravú stranu a stál na „stračej nôžke.“ Strecha trojuholníkového tvaru, na streche je komín z ktorého ide v tenkej čiare dym, komín pôsobí akoby išiel zo strechy padnúť, predstavuje teplo domova. Väčší počet okien, dvere sú nevymaľované, pôsobia ako priesvitné, čo môže znamenať problém so stanovením si hraníc, na dverách je malá kľučka pripomínajúca guľu. V oknách sú vázy s kvetom, záclony. Pred domom je kvet a strom. V dolnej časti naznačená tráva, v hornej obloha so slnkom. Kresba nezodpovedá fyzickému veku, naznačuje oslabenú centrálnu nervovú sústavu.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

Soňa nedodržala zadanie úlohy, kreslila fixkami. Kresba domu je realizovaná pomocou pravítka, ostatné čiary sú trasľavé, málo koordinované, neisté, naznačujú vnútorné napätie. V dome na oknách vidno vázy, záclony v trojuholníkovom tvare, pri dome plot s ostrými zakončeniami čo môže naznačovať skrytú agresiu. Na streche je komín s ktorého ide dym. Soňa je v starostlivosti školského psychológa.

TOMÁŠ

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Nebol prítomný.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

Dom veľký, grafomotorický slabšie zvládnutý. Dom je nakreslený s pohľadom do vnútra. V priestoroch domu nakreslení členovia rodiny v bežnej činnosti. Dom má trojuholníkovú strechu, na ktorej sú znázornené črepy. Na dome je komín z ktorého sa dymí, predstavuje teplo domova. V kresbe zakomponované aj zvieratá, psy a mačka. Pri dome je vymaľovaný strom. Dvere sa nachádzajú na najvrchnejšom poschodí domu. Majú kľučku a vedú k ním schody, môžeme ich vnímať ako cestu, čo naznačuje potrebu sociálneho kontaktu.

JAKUB

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Nakreslený plán domu, ovplyvnený stavbou doma.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

Dom nakreslený pomocou pravítka, grafomotoricky slabo zvládnutý, neprimerane nakreslený dosiahnutému veku. Čiary ktoré nie sú rysované sú krivé, pretínajúce sa, sú znakom úzkosti. Dom je umiestnený v ľavej časti papiera, naznačuje introvertné zameranie. Strecha trojuholníkového tvaru na streche je komín z ktorého sa dymí, pôsobí dojmom ako keď každú chvíľu padne so strechy, naznačuje teplo domova. Na dome sú vzhľadom k veľkosti domu malé okná, naznačujú uzavretosť, sociálnu izoláciu. Dvere sú malé a na nich je namiesto kľučky guľa, čo naznačuje uzavretosť. Jakub chodí na sedenia ku školskému psychológovi.

PETRA

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba pôsobí prázdnotou, neosobnosťou. Dom kreslený pravítkom. Na dome dve malé tmavé okná, čo naznačuje uzavretosť, sociálnu izoláciu. Okná počas kresby viditeľne niekoľkokrát kreslené, je nápadne veľa opráv, gumovanie, všeobecne tieto prejavy v kresbe naznačujú emočné napätie, neistotu, špecifické emočné ťažkosti. Dvere tmavé s guľou namiesto kľučky, naznačuje stanovenie

hraníc. Strecha je malá trojuholníkového tvaru. Na streche mal byť komín, ktorý je vygumovaný. Komín je symbolom tepla domova. pri dome je trávnik a veľké sivé, vyšrafované dvere do garáže.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

Pri druhej kresbe nakreslený farebnejší dom. Vôkol domu žiadne doplňujúce prvky okrem slnka. Dom má na rozdiel od prvej kresby väčšie, svetlejšie naznačuje styk s okolím. Dvere majú na rozdiel od prvého výkresu kľučku namiesto gule, symbol komunikácie. Na streche chýba komín, ktorý bol nakreslený ale je vygumovaný.

PETER

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Dom schematicky nakreslený, vymalovaný tmavými farbami. Kresba pôsobí studene, neosobne. Na dome chýbajú detaily, ktoré predstavujú teplo domova.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

Nezúčastnil sa stretnutia.

KLÁRA

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba domu farebne znázornená. Nedodržaná inštrukcia pri kresbe použitá aj fixka. Na dome sú malé okná, čo naznačuje sociálnu izolovanosť. Dvere splývajú s farbou domu na nich je kľučka, symbol komunikácie. Strecha v podobe trojuholníka, s vykreslenými črepami. Na dome chýba komín, predstavuje teplo domova. Vôkol domu je trávnik s kvetmi, na oblohe viacej krdľov vtákov.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

Dom nakreslený pravítkom, pôsobí dojmom neosobnosti. Čiary ktoré nie sú kreslené pravítkom, sú prerušované, naznačujú neistotu, úzkosť. Na dome dominujú tmavé dvere, vyfarbené fixkou. Na dverách ceruzkou dokreslená kľučka, ktorá sa slabunko vidí, môže byť prehliadnutá. Dom je bez strechy.

PAULÍNA

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Dom nakreslený v nadrozmernej veľkosti. Dom má tie nadrozmerne nakreslené okná na dvoch sú záclony. Dvoje vyzdobených dvier s kľučkou, ktorá je symbolom komunikácie. Na streche chýba komín.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

V porovnaní s prvým, dom nakreslený viditeľne menší, nakreslený je v strednej časti papiera. Dom stojí na hrubých tmavých základoch. V podkroví domu, vidieť vnútornú časť domu, znázornený interiér izby. Na streche chýba komín. Dom má veľké okná so závesmi. Vchodové dvere majú okná a kľučku, ktorá je symbolom komunikácie.

TATIANA

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Dom, je umiestnený na celom výkrese, zaberá takmer celú plochu. Veľká kresba naznačuje i snahu presadiť sa. Celý dom ako i časti domu sú obtiahnuté čiernou a hnedou pastelkou, so silným prítlakom na papier. Na dome dominujú dvere, vymaľované silným tlakom, čiernou pastelkou. Dvere majú okienka no nemajú kľučku, ktorá symbolizuje komunikačne zručnosti. Na streche chýba komín.

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Druhá kresba viditeľne menšia, umiestnená na ľavej strane papiera. Nedodržané zadanie, dokreslená aj s fixkami. Dom má strechu v podobe trojuholníka, má aj črepy, naznačujú snaživosť. Na streche chýba komín, ktorý predstavuje teplo domova. Na rozdiel od prvej kresby, dom nie je obtiahnutý čiernou pastelkou. Kreslený je ceruzkou, za pomoci pravítka. Po jeho stene sa vinú nekoordinované zelené čiary, pripomínajú popínavé rastliny. Vchod do domu je zvýraznený tmavohnedou pastelkou, na rozdiel od prvej kresby je svetlejší a má kľučku. Okná sú menšie. Vedľa okna dvere na balkón, na prvý pohľad pripomínajú otvorenú okenicu. Vedľa domu je trávnik s plotom, naznačuje stanovenie hraníc.

MARTIN

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba domu obsahuje výrazné geometrické nedostatky. Snažil sa ho nakresliť aj s bočnými stenami. Po streche domu sú vodorovne čiary, môžu byť zjednodušené črepy. Na streche je okno, ktoré púta pozornosť. Na streche nie je umiestnený komín, ktorý symbolizuje teplo domova. Okná v hornej časti domu splyvajú s domom. Okná vyjadrujú záujem o okolie. Dvere sú s guľou, čo je znamenie stanovení hraníc.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

Kresba druhého domu je umiestnená viac na pravej strane papiera. Dom je menší, s trojuholníkovou strechou so zvislými a vodorovnými čiarami predstavujúcimi črepy. Na streche sa nachádza strešné okno, vyjadruje záujem o okolie. Na rozdiel od prvej kresby, druhá kresba má na streche umiestnený komín, z ktorého sa dymí, čo naznačuje teplo domova. Okná na dome sú menšie, dvere vyšrafované tmavohnedou fixkou, na nich je namiesto kľučky guľa. Pri dome je plot, ďalší stupeň stanovených hraníc.

SOFIA

Prvá kresba domu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba domu orientovaná skôr na pravú stranu papiera. Strecha trojuholníkového tvaru, so strešným oknom, bez komínu. Na dome sú dve menšie okná môžu naznačovať uzavretosť. Dvere sú vymalované silno čiernou pastelkou, na dverách je namiesto kľučky guľa, naznačuje stanovenie hraníc. V pravom hornom rohu je nakreslené slnko.

Druhá kresba domu – výstupný projektívny kresebný test

Druhá kresba domu nakreslená po šírke papiera. Nedodržané zadanie, maľované fixkou. Kresba domu väčšia. Na streche strešné okno. Z obidvoch strán domu dve veľké okná, predstavujú záujem o okolie. V strede domu presklené dvere, s guľou namiesto kľučky, naznačujú problém so stanovením hraníc.

Hodnotenie projektívneho testu – KRESBA STROMU

ĽUDMILA

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba má nadpriemernú veľkosť, je umiestnená v strede papiera. Nenaznačuje orientáciu smerom k extravertzii alebo introverzii.

Koruna stromu má arkádový tvar, je uzavretá, obťahnutá nepriepustnou, pevnou líniou nakreslenou čiernou pastelkou. Poukazuje na pravdepodobnosť uzavretosti, obrany alebo aj vyhýbania sa vonkajšiemu svetu. Vetvy sú slabé tenké naznačujúce nerozhodnosť, problémy so sebapresadením sa. Kmeň je silný, pevný, vyrastá z dolného okraja papiera, pôsobí stabilne. Kmeň je z hora uzavretý, vetvy sú na ňom akoby napichnuté. Kmeň stromu je obkreslený čiernou pastelkou, silným tlakom. V kmeni je nakreslený výrazný kruh, silno obťahnutý a vymalovaný čiernou pastelkou. Povrch kmeňa – kôry je vyfarbený zvislými čiarami. Deformácie kmeňa môžu naznačovať prežité psychické traumy. Päta kmeňa

je výraznejšie rozšírená, vypovedá o ranom detstve, o základnom pociťte bezpečia, no môže poukázat aj na pomalosť, horšiu prispôsobivosť (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu - vstupný projektívny kresebný test

Druhá kresba je obrysovo veľkosťou podobná prvej kresbe. Arkádovitá koruna stromu je zvýraznená hrubou zelenou čiarou. Z uzavretej koruny padajú listy. Vetvy konárov sú ešte jemnejšie, tenšie, poukazujúce na slabosť, nerozhodnosť. Kmeň stromu je pokrytý zvislými čiarami, v kmeni sa tmavý čierny kruh zmenil na búľľavý otvor, z ktorého vykúka malé vtáčatko (Altman, 1998).

SOŇA

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba stromu svojou veľkosťou zaplňa celý výkres, čo môže signalizovať túžbu sebapresadiť sa v sociálnych vzťahoch. Kmeň posunutý viac doľava k introverzii. Kmeň je pokrytý krátkymi čiarami, môže signalizovať o nejakých traumách. Pod povrchom vidno korene v podobe čiar, čo naznačuje slabé zakorenenie. Kruhovú uzavretú korunu, ktorá je obkreslená zeleným perom svedčí o vysokej miere uzatvorenosti. Koruna sa nakláňa smerom do prava, čo môže znamenať snahu presadiť sa v skupine. V korune sú voľne umiestnené plody, snaha pôsobiť lepším dojmom. Chýbajú vetvy, môžu byť prejavom neschopnosti nadväzovať interpersonálne vzťahy (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Kresba je v porovnaní s prvou menšia. Strom je najprv nakreslený ceruzkou, až potom vymalovaný, čo hovorí o neistote. V druhej kresbe stromu na kmeni chýbajú zjazvenia. Koruna je arkádová, nie je obtiahnutá silnou čiarou. Celá kresba posunutá viac doprava, naznačuje väčšiu otvorenosť sociálnym kontaktom. V korune menej plodov (Altman, 1998).

Soňa je v starostlivosti školského psychológa.

TOMÁŠ

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Neprítomný na sedení.

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Kresba má nadpriemernú veľkosť, umiestnená je od spodného okraja až po horný okraj papiera, možno ju interpretovať ako neprimeranú a prehnanú snahu presadiť sa, kompenzácia vnútornej neistoty. Kmeň je robustný, hrubý, stabilný, mierne posunutý doľava, je dlhší ako koruna, päta kmeňa je nápadne

rozšírená, smeruje doprava, môže naznačovať smerovanie k budúcnosti ale aj prejav nedôverčivosti k druhým. Koruna je dodatočne napojená, smeruje viac doprava, zdôraznená pravá polovica koruny naznačuje extrovertné zameranie. Je silno vyšrafovaná zelenou pastelkou, pravdepodobne ide o vedomú snahu zakryť časť kresby. Obrys koruny je neprimerane uzatvorený, mierne zvlnený, naznačuje tendenciu k uzavretosti ale so schopnosťou prispôbiť sa, chýbajúce vetvy môžu byť prejavom problémov v nadväzovaní interpersonálnych vzťahov. Silný tlak na papier, naznačuje energickosť, zdôraznené vertikálne ťahy svedčia možnú hyperaktivitu (Altman, 1998).

JAKUB

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba má nadpriemernú veľkosť predstavuje väčšinou kompenzáciu menejcennosti ako aj prejav snahy zviditeľniť sa. Kmeň je hrubý a krátky s tmavými zvýraznenými čiarami, na povrchu kôre ktoré môžu znamenať prežité traumatizujúce emócie. Koruna je nakreslená kružidlom, je veľká a okrúhla nasvedčujúca vysokú mieru uzavretosti ako aj zlú prispôbivosť sa. Koruna stromu presahuje viac než polovicu papiera a je väčšia ako kmeň čo môže naznačovať únikové tendencie do sveta snov a predstav ako aj častý prejav kompenzovania. Šrafovaná koruna, prejav neistoty, nervozity (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Druhá kresba sa viditeľne líši od prvej. Strom je primeranej veľkosti. Z ľavej strany sa jemne nakláňa vpravo. Kmeň stromu s prvým porovnaním je dlhší a tenší vyšrafovaný (zafarbený) tmavo vzniká ako prejav neistoty, nerozhodnosti, na symbolickej úrovni môžeme tmavý kmeň interpretovať aj ako snahu hľadania východiska z problémovej situácie. Koruna je omnoho menšia, ohraničená kruhom zelenou pastelkou, koruna nie je nakreslená kružidlom. Línia neistá (Altman, 1998).

PETRA

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

V kresbe je vidieť, že je strom niekoľkokrát kreslený a gumovaný, z druhej strany papiera je tiež nedokončená kresba. Všeobecne tieto prejavy naznačujú emočné napätie, neistotu, špecifické emočné problémy. Strom s neprimerane dlhým kmeňom, môžu naznačovať pocit tlaku z okolia. Kmeň je v dolnej časti veľký, široký smerom ku korune sa postupne zužuje, naznačuje ľahkú zaostalosť. V strede kmeňa sú dva kruhy, naznačujúce dieru, pocit menejcennosti a prežitie traumatizujúcich zážitkov. Arkádová koruna bez vykreslených vnútorných vetiev, prejav neschopnosti nadväzovania interpersonálnych vzťahov. Zo stromu padajú plody, naznačujú nedostatok vytrvalosti, túžba uniknúť, pocit straty (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Kresba je primeranej veľkosti. V druhej kresbe strom nakreslený istejšie, bez známok gumovania. Strom vyrastá z dolného okraja papiera. Kmeň je v druhej kresbe bez diery. Koruna je guľatá bez konárov, svedčí o vysokej miery uzavretosti, zlú prispôsobivosť (Altman, 1998).

PETER

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Strom vyrastá z dolného okraja papiera, je nakreslený cez celý list papiera. Po okrajoch kmeňa, sú naznačené trne, je ich po celej dĺžke z oboch strán, naznačujú prežité negatívne emocionálne traumy. Koruna okrúhleho tvaru, ohraničená, zelenou tmavou čiarou, svedčí o vysokej miery uzatvorenosti, zlú prispôsobivosť (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Druhá kresba v porovnaní s prvou je evidentne menšia. Koruna stromu nie je tak výrazne obtiahnutá, sú tam j názory prerušovanej čiary, poukazuje túžbu viac sa otvoriť vonkajšiemu svetu. Kmeň je tenší, subtílnejší, obtiahnutý čiernym perom. Kmeň v druhej kresbe nakreslený bez trňov. Kmeň je v dolnej časti mierne rozšírený, čo môže poukázať na vyššiu osobnostnú stabilitu (Altman, 1998).

KLÁRA

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba pôsobí chaosom, citový diskomfort, zmätok. Kresba stromu je nadmernej veľkosti, koruna stromu sa celá nezmestila na papier. V arkádovej korune zmätený neprehľadný spleť vetví, naznačuje vnútorné zmätky, konflikty, traumy. Kmeň je v dolnej časti rozšírený, dlhý, v dolnej časti výraznejšími čiarami (ryhami), pocit tlaku z okolia, ťažkosti so sebakpresadením, nevyvážené sebavedomie. koruna vymalovaná ružovou farbou, výkres posypaný čiarkami, predstavuje dážď, naznačuje pocit straty, odriekania sa, vzdávania sa niečoho (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

V druhej kresbe, viditeľná zmena kresby stromu. Kresba je neprimerane veľká. Kmeň stromu podobný prvému. Koruna stromu v tvare kruhu bez vetiev vo vnútri, nasvedčuje neschopnosť nadväzovať interpersonálne vzťahy, vysoká miera uzavretosti (Altman, 1998).

PAULÍNA

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Strom vyrastajúci z dolnej časti papiera, kresba zaplňa celý papier. Kresba je v strede papiera s nakriveným kmeňom smerom doprava, je symbolom ovplyvniteľnosti. Kmeň je obtiahnutý silným prítlakom hnedej pastelky, na kmeni v podobe čiar nakreslené ryhy, môžu naznačovať pocity menejcennosti. Koruna stromu arkádového tvaru, so silným obtiahnutím vonkajšej časti tmavozelenou pastelkou, hovorí o otvorenosti, schopnosti kontaktu. Koruna stromu bez vetiev, môže byť prejavom neschopnosti nadväzovania interpersonálnych vzťahov. V korune sú umiestnené kvety (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Druhá kresba stromu sa od prvej líši veľkosťou kmeňa a koruny. Kmeň stromu je omnoho hrubší, otiahnutý tmavou pastelkou s prerušovanými čiarami, je postupným znakom prispôsobivosti. Koruna stromu menšia, arkádová obtiahnutá silnejším tlakom na papier s postupným uvoľnením kontúr, čo môže byť znakom postupného prispôsobenia sa. V druhej kresbe v korune stromu nie sú nakreslené kvety (Altman, 1998).

TATIANA

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba zaplňajúca takmer celý priestor papiera, je v strede s korunou posunutou vľavo, naznačuje uzavretie sa do seba, zdržanlivosť. Koruna je arkádová silno vyšrafovaná, môže ísť o prejav neistoty, nerozhodnosti. Strom vyrastá z dolného okraja výkresu, má hrubý, tmavý, vyšrafovaný kmeň, ktorý môže naznačovať pocity tlaku z okolia, ale aj prejav neistoty nerozhodnosti (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Druhá kresba vo viditeľne bledšom odtieni. Kmeň omnoho užší a výšší, bez tlaku pastelkou na papier, môže naznačovať tlak z okolia. Koruna je okrúhleho tvaru, menšia než kmeň, naznačuje horšiu prispôsobivosť (Altman, 1998).

MARTIN

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny kresebný test

Kresba nakreslená v strede papiera s veľkou deformovanou korunou v podobe zajačej hlavy, s ušami a očami. Kreslená pre pútanie pozornosti. Kmeň stromu je dlhý a tenký, s hrubšou čiernou čiarou po pravom okraji, môže byť prejavom problému so sebaapresadením (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Druhá kresba stromu je skôr orientovaná na pravú stranu papiera. Strom má naznačený koreň, kmeň je dlhý a tenký, väčší ako koruna stromu, môže naznačovať tlak z okolia, problém so sebakresadovaním. Kmeň kreslený kratšími, napájanými na seba ťahmi čiary, čo naznačuje impulzivitu. Koruna stromu arkádového tvaru, obtiahnutá silným prítlakom ceruzky na papier, často ide o prejav obrany a neistoty (Altman, 1998).

SOFIA

Prvá kresba stromu – vstupný projektívny test

Strom je nakreslený v podobe hríba, vizuálna predstavivosť, fantázia. Pri otázke či si ho tak predstavuje, odpoveď znela, že doma dostali takú figúrku, ktorá sa jej veľmi páči a preto aj strom som nakreslila v tomto tvare (Altman, 1998).

Druhá kresba stromu – výstupný projektívny kresebný test

Kresba stromu v strede papiera, jemne nahnutá na pravú stranu. Strom vyrastá z dolného listu papiera. Koruna jemne zvlnená s neistými čiarami, čo naznačuje uzavretosť ale rovnako aj vedieť sa prispôbiť. Koruna je bez konárov, čo môže byť prejavom neschopnosti nadväzovať interpersonálne vzťahy (Altman, 1998).

Zhrnutie hodnotenia vstupných a výstupných projektívnych kresebných testov „Kresba postavy, domu, stromu“:

Pri hodnotení vstupných a výstupných kresebných testov ukazujú sa posuny ale aj možné problémy. Niektorí žiaci prejavujú zlepšenie vo svojom vnímaní a prejavujú väčšiu istotu a sebadôveru. Avšak, existujú aj oblasti kde sa objavujú potenciálne aspekty, ktoré vyžadujú náležitú pozornosť a podporu. V prípade pozitívnych hodnotení dôležité je tieto posuny ďalej podporovať prostredníctvom ďalších arteterapeutických intervencií. Na druhej strane, pri identifikácii problematických oblastí je vhodné spolupracovať aj so školským psychológom a ďalšími odborníkmi na vytvorenie cielených multidisciplinárnych terapeutických stratégií. Takýto prístup zabezpečuje individuálny a účinný prístup ku každému žiakovi.

Hodnotenie projektívneho kresebného testu – ZAČAROVANÁ TRIEDA

ĽUDMILA:

Začarovaná trieda – **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Ľudmilu nasledovne:

mačka, 2x pes, ryba, lama, myš, prasiatko, ťava, myš

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test že spolužiaci vnímajú Ľudmilu nasledovne:

pes, 2x mačka, motýľ, morská hviezda, myš, netopier, jež, mucha, pavúk

Hodnotenie: Vstupnom projektívnom teste spolužiaci vnímali Ľudmilu ako dosť rôznorodé zvieratá, ku ktorým ju celkom nevedeli zaradiť. Výstupný projektívny kresebný test, na druhej strane prezentoval zmenu vo vnímaní a vzťahoch s ostatnými spolužiakmi. Namiesto rozmanitých zvierat ako v prvom kresebnom teste, teraz vidíme jednoduchšie obrazy ako sú: pes, mačka, motýľ. Zmeny v kresbe a vnímaní môžu byť dôsledkom osobnostných skúseností Ľudmily s ostatnými spolužiakmi počas arteterapeutických sedení, ktoré ovplyvnili ich pohľad na Ľudmilu.

JAKUB

Začarovaná trieda – **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Jakuba nasledovne:

holub, žirafa, had, slimák, mucha, 2x pavúk, vydra, ťava

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Jakuba nasledovne:

3x pavúk, vták, krokodíl, 2x ryba, prasa, myš, slimák

Hodnotenie: Porovnanie vstupného a výstupného projektívneho kresebného testu ukazuje zmenu v predstavách spolužiakov o Jakubovi a jeho postavení v rámci triedy. Vo výstupnom projektívnom kresebnom teste sa objavili iné zvieratá a tieto naznačili zmenu v spôsobe akým Jakuba spolužiaci začali vnímať. Napríklad prítomnosť krokodíla, poukázala na silu a slimáka považovali za opatrného a pomalšieho.

SOŇA

Začarovaná trieda– **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Soňu nasledovne:

motýľ, myš, 3x jež, kôň, mucha, ťava

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Soňu nasledovne:

2x jež, mačka, 2x líška, žaba, 3x kôň, pavúk

Hodnotenie: Vstupný projektívny test preukázal, že Soňu zobrazili ako rôzne zvieratká, vrátane dvoch ježkov, dvoch líšok, žaby, troch koní a pavúka. Na druhej strane, výstupný projektívny kresebný test ukázal, že žiaci opäť vykreslili Soňu veľmi podobne. Je pozoruhodné, že aj keď sa vstupné a výstupné kresby líšia v počte a druhu zvierat, Soňu vidia so značnou konzistenciou ako ježa, líšku, koňa. To naznačuje že v ponímaní spolužiakov atribúty ako sú opatrnosť, prešibanosť, krása sú dominantnými charakteristikami, ktoré ostatní spolužiaci spájajú so Soňou.

PETRA

Začarovaná trieda– **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Petru nasledovne:

mačka, pavúk, pes, vážka, 2x myš, kravička, ťava

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Petru nasledovne:

škrečok, 2x mačka, mravec, ryba, myš, netopier, jež, had, pavúk

Hodnotenie: Porovnanie týchto dvoch projektívnych kresebných testov naznačuje zmeny vo vnímaní Petry zo strany jej spolužiakov. Zatiaľ čo vstupný test ukázal širšiu škálu zvierat, ktoré ju reprezentujú, výstupný ukázal väčšiu konzistenciu v tom, že ju vykreslili ako škrečka a mačku. Tieto zvieratá podľa nich odrážajú určité vlastnosti, ktoré priradujú Petre, ako je pracovitosť, hravosť, alebo aj iné vlastnosti ktoré považujú za relevantné pre túto osobu. Tieto zmeny môžu tiež naznačovať zmenu vo vnímaní Petry zo strany spolužiakov počas času alebo času spoločných aktivít.

TATIANA

Začarovaná trieda– **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Tatianu nasledovne:

2x zajac, vták, 5x sova, ťava

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Tatianu nasledovne:

2x zajac, korytnačka, myš, jež, 2x sova, slon, 2x pavúk

Hodnotenie: Vstupný projektívny kresebný test odhalil, že spolužiaci vnímali Tatianu ako bytosť spojenú s múdrosťou. No výstupný projektívny kresebný test nám ukázal, že sa ich vnímanie zmenilo. Tento posun v kresebných testoch naznačuje pravdepodobnú evolúciu v tom, ako ju spolužiaci vidia. Zatiaľ čo vstupný test akcentoval jej spojenie s múdrosťou, výstupný test naznačuje, že jej osobnosť a charakteristika sa rozšírili na rôzne atribúty vrátane plachosti, múdrosti, sily, vytrvalosti a ďalšie. Takéto zmeny sú aj odrazom zmien v správaní, alebo vzťahoch medzi spolužiakmi.

TOMÁŠ

Začarovaná trieda– **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Tomáša nasledovne:

slimák, ryba, korytnačka, zajac, mravec, pes, medvedík, ťava, opica

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Tomáša nasledovne:

mravec, mravčíak, 2x pes, prasa, 2x opica, had, pavúk

Hodnotenie: Vstupný projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímali Tomáša ako spojeného s rôznymi zvieratami. Tento zoznam zvierat možno interpretovať ako rôznorodosť charakteristík a vlastností, ktoré si spolužiaci spojili s Tomášom na základe ich prvotných dojmov a interakcií. Avšak výstupný test ukázal zmenu vo vnímaní Tomáša. Zatiaľ čo vstupný test naznačoval rôznorodosť a šírku jeho osobnosti, vstupný kresebný test ukázal zúženie na určité charakteristiky, ako sú pracovitosť, zvedavosť, lojalita, hravosť a podobne. Takéto zmeny môžu odrážať zmenu vo vnímaní a vzťahoch medzi spolužiakmi.

PAULÍNA

Začarovaná trieda– **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Paulínu nasledovne :

sova, pavúk, mačka, lienka, ryba, 2x pes, ťava, zajac

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Paulínu nasledovne:

mačka, labuť, korytnačka, ryba, 2x zajac, včela, motýľ, mravec, pavúk

Hodnotenie: Vstupný projektívny kresebný test nám poskytol pohľad na to, ako spolužiaci vnímajú Paulínu prostredníctvom symboliky zvierat. Tieto zvieratá odzrkadľovali rôzne aspekty jej osobnosti ako sú: múdrosť, tichosť, zručnosť. Naopak, výstupný kresebný test ukázal zmenu v ich vnímaní. Ich kresby zahŕňali mačku, labuť, korytnačku. Tento kresebný posun s pridanými vlastnosťami ako sú: pekná, hodná, ochranárska, hravá naznačuje zmenu ako ju spolužiaci vnímajú a aké vlastnosti jej priradzujú. Zmena v zvieratách z vstupného a výstupného testu, môže odrážať prehodnotenie jej osobnostných rysov a nové vnímanie jej vzťahov v rámci triedy.

MARTIN

Začarovaná trieda – **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Martina nasledovne:

2x had, hroch, 2x opica, 2x škrečok, opica

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Martina nasledovne:

2x had, 3x opica, mravec, pes, pavúk, 2x škrečok

Hodnotenie: Vstupný projektívny kresebný test nám ukázal, že Martina vnímajú spolužiaci ako osobnosť spájanú s hadmi, opicami, škrečkami, hrochom. Tieto zvieratá symbolizujú rôzne charakteristiky a vlastnosti, ktoré sú súčasťou jeho osobnosti. Podľa spolužiakov, had reprezentoval záhadnosť, hroch silu a vytrvalosť, opice a škrečky pohyblivosť. Podobne ako v prípade Sone, výstupný kresebný test ukázal malú zmenu v spôsobe, akým je Martin vnímaný ostatnými žiakmi. Pridané mu boli vlastnosti ako je: vernosť, usilovnosť, vynaliezavosť. Tento posun môže naznačovať zmenu vo vzťahoch a vnímaní Martina v triede.

SOFIA

Začarovaná trieda– **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Sofiu nasledovne:

ryba, mačka, had, motýľ, 3x žirafa, včela, ťava

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Sofiu nasledovne:

líška, 4x žirafa, slimák, mačka, 2x pavúk

Hodnotenie: Vstupný projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Sofiu ako osobnosť spojenú s rôznymi zvieratami. Každé z týchto zvierat symbolizuje podľa žiakov nejaké vlastnosti. Najčastejšie ju spájali so žirafou a to kvôli tomu, že je najvyššia v triede. Nasledovali vlastnosti ako sú pracovitosť, milá, dobrá, rýchla. Výstupný projektívny kresebný test naznačuje zmenu vo vnímaní Sofie spolužiakmi, aj keď test obsahuje podobné zvieratá ako na začiatku, pridávajú sa aj nové prvky ako sú líška, slimák, pavúk. Líšky žiakom symbolizovala obratnosť, slimák trpezlivosť, pavúk vynaliezavosť. Tieto nové prvky môžu naznačovať zmenu vo vnímaní Sofie spolužiakmi a hlbšie pochopenie jej osobnosti a charakteru.

PETER

Začarovaná trieda– **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Petra nasledovne:

pavúk, vták, 2x opica, slimák, slon, líška, ťava, medveď

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Petra nasledovne:

2x medveď, 4x opica, 2x pavúk, lev

Hodnotenie: Vstupný a výstupný projektívny kresebný test naznačuje, že spolužiaci podobne vnímajú Petra. V oboch prípadoch boli zaznamenané rovnaké symboly, ako sú medveď, pavúk, opice. Táto konzistencia naznačuje relatívnu stabilitu vo vnímaní Petra zo strany jeho spolužiakov počas sledovaného obdobia.

KLÁRA

Začarovaná trieda– **vstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Kláru nasledovne:

3x korytnačka, 2x had, 2x mačka, ťava

Začarovaná trieda – **výstupný** projektívny kresebný test ukázal, že spolužiaci vnímajú Kláru nasledovne:

4x korytnačka, sova, 2x motýľ, delfín, pes, pavúk

Hodnotenie: Vstupný a výstupný projektívny kresebný test Kláry vykazujú určité rozdiely vo vnímaní zo strany spolužiakov. Zatiaľ čo vstupný test obsahoval viac opakujúcich sa symbolov, ako sú had, mačka, korytnačka. Výstupný ukázal variabilitu s viacerými novými symbolmi, ako sú delfín, sova, motýľ naznačujúce tieto vlastnosti pekná, zaujímavá, múdra, zvedavá. Je možné, že sa Klára otvorila novým interakciám a spôsobom myslenia, čo môže mať pozitívny vplyv na jej vzťahy v triede.

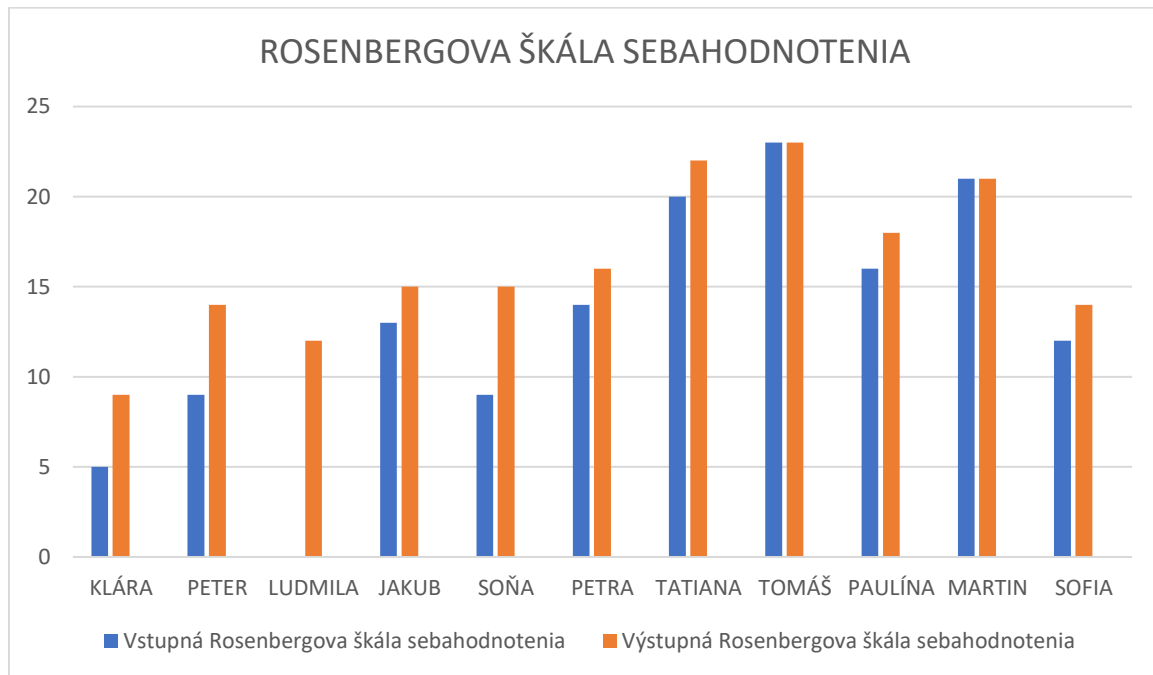
Zhrnutie hodnotenia vstupného a výstupného projektívneho kresebného testu: „Začarovaná trieda“:

Po starostlivom a podrobnom porovnávaní projektívnych kresebných testov „Začarovaná Trieda“ sme zaznamenali pozitívne výsledky, ktoré svedčia o zlepšení sociálnej klímy v triede. Toto pozitívne skóre naznačuje, že arteterapeutická intervencia mohla mať výrazný vplyv na vnímanie spolužiakov a pravdepodobne prispieť k posilneniu vzťahov a komunikácie medzi žiakmi. Všetky projektívno kresebné testy sú v prílohách od čísla 92.

Vyhodnotenie Rosenbergovej škály sebahodnotenia

Porovnaním výsledkov Rosenbergovej škály sebahodnotenia pred a po absolvovaní arteterapeutických intervencií zistili sme pozitívne zmeny v emocionálnom ako aj sociálnom rozvoji žiakov. Tieto zmeny naznačujú účinnosť arteterapie v podpore ich celkovej psychickej pohody a sociálnej integrácie. Analyzované výsledky poukazujú na zlepšenie sebavedomia a sociálnych interakcií, čo svedčí o pozitívnom vplyve arteterapeutických aktivít na emocionálny rozvoj žiakov.

Graf 1 Rosenbergova škála sebahodnotenia

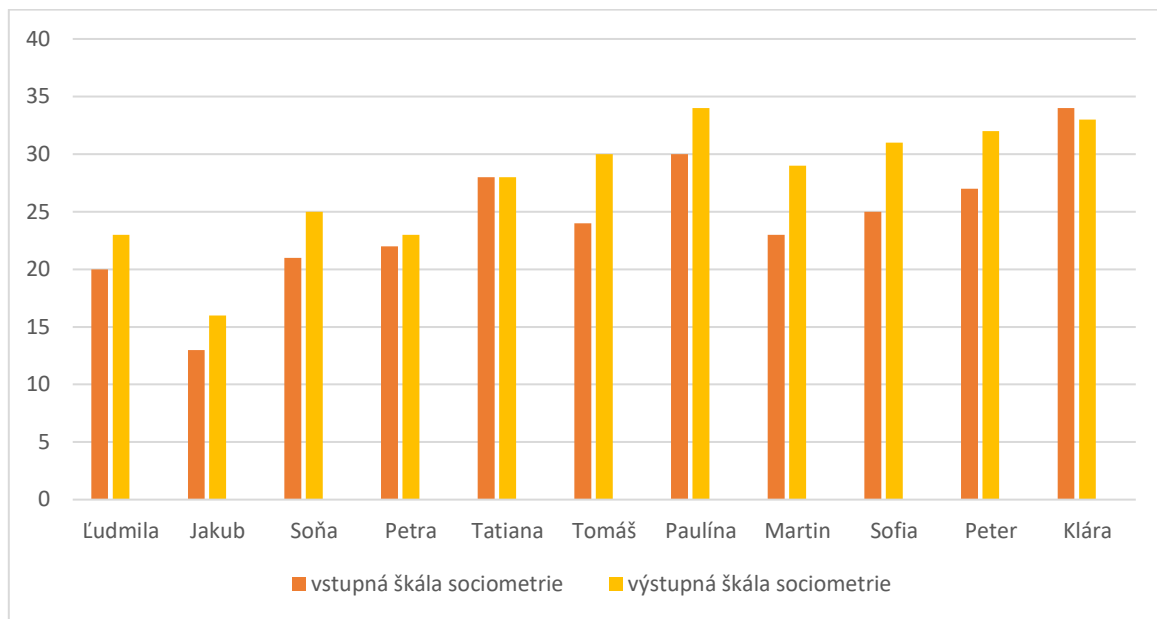


Tieto pozitívne zmeny v sebahodnotení a emocionálnom stave žiakov môžu mať širší vplyv aj na sociálnu klímu v triede. Keďže žiaci zažili väčšiu úroveň dôvery a porozumenia voči sebe navzájom, môže to viesť k pozitívnejšej a podpornejšej atmosfére v triede.

Vyhodnotenie sociometrického testu

Pri vyhodnocovaní sociometrického testu sme sa zamerali na analýzu sociálnych vzťahov medzi žiakmi v triede. Tento test nám poskytol dôležitý pohľad na to, ako sa žiaci navzájom vnímajú a ako sú medzi sebou vzájomne prepojení. Prvým krokom pri vyhodnocovaní sociometrického testu bolo identifikovať sociálnu štruktúru triedy. Analyzovali sme, ktorí žiaci sú najviac a najmenej vybraní svojimi spolužiakmi. Na základe toho sme mohli identifikovať vodcovské pozície ako aj možných outsiderov v triede. Následne sme na základe vstupných a výstupných testov, zisťovali či sa zmenili vzťahy medzi žiakmi v priebehu času, ako sme s nimi mávali pravidelné arteterapeutické sedenia.

Graf 2 Škály sociometrie



Porovnanie v sociometrickej tabuľky so vstupným a výstupným testom viedlo k zaujímavým zisteniam týkajúcim sa vnímania spolužiakov a vzťahov v triede. Sociometrická tabuľka poskytla konkrétne dáta a informácie o preferenciách a interakciách medzi žiakmi. Po porovnaní týchto údajov s výsledkami vstupného výstupného testu sme zistili zlepšenie vnímania spolužiakov a posilnenie vzťahov v triede. Výsledky ukázali, že po absolvovaní arteterapeutickej intervencie sa vzájomné pochopenie medzi žiakmi zlepšilo. Vnímali si navzájom svoje pozitívne vlastnosti, získali väčšiu dôveru voči sebe navzájom a prejavovali väčšiu ochotu spolupracovať. Tieto pozitívne zmeny sa odrážali aj v ich vzťahoch a interakciách v triede, čo prispelo k pozitívnejšej sociálnej klíme v triede.

ZHRNUTIE

V tejto kapitole na základe získaných poznatkov sme schopní sumarizovať a formulovať odpovede na naše pôvodné výskumné otázky, ktoré boli stanovené na začiatku výskumu a implementácie arteterapeutických intervencií do výchovného procesu žiakov šiesteho ročníka na Súkromnej spojenej škole.

1. Má aktívna implementácia v rámci školskej triedy pozitívny vplyv na sociálnu klímu?

Aktívna implementácia v rámci školskej triedy sa ukázala ako pozitívny faktor pre zlepšenie sociálnej klímy. Pozorovaný bol nárast pozitívnych interakcií medzi žiakmi, ktorý bol podporovaný prostredníctvom rôznych arteterapeutických aktivít. Dochádzalo k väčšej otvorenosti a porozumeniu medzi spolužiakmi., čo viedlo k uvoľnenejšej atmosfére a zvýšenej dôvere. Tieto pozitívne zmeny v sociálnej klíme boli pozorovateľné nielen počas arteterapeutických sedení, ale aj vo všeobecných interakciách v rámci školskej triedy.

2. Posilňuje vytváranie spoločných výtvarných prác v rámci arteterapie vzájomnú kooperáciu a podporu medzi žiakmi v triede?

Áno, vytváranie spoločných výtvarných prác v rámci arteterapie výrazne posilňuje vzájomnú kooperáciu a podporu medzi žiakmi v triede. Pri spoločnom tvorivom procese sa žiaci učia komunikovať, sústrediť sa na spoločný cieľ a rešpektovať názory a príspevky každého člena triedy ako malej sociálnej skupiny. Pozitívne interakcie a spoločné úsilie vytvárajú silné väzby a prispievajú k pozitívnej atmosfére v triede, kde sa žiaci cítia uznávaní a sú súčasťou kolektívu.

3. Pomáha výtvarná tvorba založená na sebvýjadrení a emóciách žiakov vytvárať pozitívnu klímu v triede?

Áno, výtvarná tvorba založená na sebvýjadrení a emóciách žiakov prispieva k vytváraniu pozitívnej klímy v triede. Keď majú žiaci možnosť vyjadriť svoje pocity a emócie prostredníctvom umeleckého procesu, to vytvára priestor na otvorenú komunikáciu a porozumenie medzi spolužiakmi. Tento typ tvorby umožňuje žiakom zdieľať svoje skúsenosti, problémy a radosť, čo vedie k posilneniu vzájomného porozumenia a solidarity v triede. Zároveň umožňuje žiakom lepšie pochopenie seba samých a svojich emocionálnych reakcií, čo prispieva k ich osobnému rastu a rozvoju.

Na základe pozitívnych výsledkov výskumu dovoľíme si odporúčať a implementovať do školskej praxe aktívnu participáciu žiakov v umeleckých aktivitách, ktoré podporujú sebvýjadrenie a vzájomnú kooperáciu. Dôležité je tiež poskytnúť pedagogickú podporu a vedenie, ktoré pomôže maximalizovať potenciál týchto aktivít v rámci rozvoja sociálnych zručností a emocionálneho rastu žiakov.

ZÁVER

V tejto absolventskej práci sme dospeli k zisteniu, že arteterapia predstavuje účinný nástroj v kontexte zlepšovania sociálnej klímy v školskom prostredí. Na základe analýz sa ukazuje, že prostredníctvom arteterapeutických aktivít môžeme vytvoriť podmienky na vznik pozitívnych vzťahov, interakcií a empatie medzi žiakmi.

Cieľom našej absolventskej práce bolo priniesť hlbšie pochopenie toho, ako arteterapia môže zohrať konštruktívnu úlohu v podpore sociálneho interakčného kontextu triedy a prispieť k celkovej pozitívnej atmosfére, interakciám a vzájomnej empatii medzi žiakmi. Cieľ bol splnený prostredníctvom analýz výskumných otázok, ktoré sa týkali vplyvu arteterapie na sociálnu klímu, kooperáciu a sebavyjadrenie žiakov.

Motivovanie žiaka k výtvarnej expresii pomáha identifikovať a posúdiť komorbidné problémy a ďalšie kognitívne faktory, ktoré môžu interferovať s výkonom žiaka. Výtvarná tvorba je aktivita, ktorú deti dôverne poznajú v škole. Ide o činnosť vyžadujúcu si auditívnu a zrakovú perцепciu, schopnosť koncentrovať sa, plánovať, organizovať a vhodne využívať priestor a materiál. Taktiež podporuje spontánne správanie žiaka. Arteterapia, či už individuálna alebo skupinová, ponúka veľa možností pre prácu so žiakmi v školskom prostredí.

V závere tejto práce konštatujeme, že tradičné prístupy v riešení problémov žiakov v sociálnom interakčnom kontexte môžu byť obmedzené a nedostatočné. Prekonanie týchto výziev si vyžaduje aplikáciu nových a neštandardných prístupov, medzi ktoré patrí aj arteterapia. Tieto inovatívne metódy môžu poskytnúť efektívnejšie riešenia na zlepšenie sociálnej klímy v triede a vytvorenie podpory pre lepšie vzťahy medzi žiakmi, čím sa prispeje aj k zvýšeniu celkového úspechu žiaka v školskom prostredí.

ZOZNAM GRAFOV

Graf 1 Rosenbergova škála sebahodnotenia.....	85
Graf 2 Škály sociometrie.....	86

POUŽITÁ LITERATÚRA

1. ALTMAN, Z., 1998. *Test stromu*. Praha: PPPP
2. ALTMAN, Z., 1998. *Test kresby postavy*. Praha
3. BLATNÝ, M., a kolektiv, 2010. *Psychologie osobnosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3434-7.
4. BENÍČKOVÁ, M., 2017. *Muzikoterapie a edukace*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4238-0.
5. BENÍČKOVÁ, M., 2011. *Muzikoterapie a specifické poruchy učení*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3520-7.
6. ČAP, J., J. Mereš, 2001. *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál. ISBN 8073672731.
7. CAMPBELLOVÁ, J., 1998. *Techniky arteterapie*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-428-1.
8. CASEOVÁ, C., Dalleyová T. 1995. *Arteterapie s dětmi*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-065-0.
9. EXLER, P., 2015. *Využití projektové metody ve výtvarné výchově s artefietickými postupy*, Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 978-80-244-4620-2.
10. HEHLER, O., 2013. *Pedagoško savetovanje*. Beograd: Eduka. ISBN 978-86-6013-161-6
11. FINTAN, Dž. O., 2013. *Kako pomoći deci s problematičnim ponašanjem*. Beograd: Eduka. 978-86-6013-158-6.
12. GAVORA, P., 1999. *aký sú moji žiaci?: pedagogická diagnostika žiaka*. Bratislava: Práca. ISBN 80-7094-335-1
13. GUILLAUME, M., Koračová, B., 2010. *Art vo vzdelávaní, študijný materiál pre študentov (ne)pedagogických študijných programov*. Trnava: Trnavská univerzita ISBN 978-80-8082-401-3.
14. HANULIAKOVÁ, J., 2010. *Kreovanie klímy triedy v edukačnej praxi*. Bratislava: Iris. ISBN 978-80-89256-51-8.
15. HUČÍK, J., Hučíková, A., 2010. *Kazuistika v sociálnej práci*. Bratislava: VŠZaSP sv. Alžbety. ISBN 978-80-89271-66-5.
16. MAKSÍĆ, S., 2006. *Podsticanje kreativnosti u školi, Institut za pedagoška istraživanja*. Beograd: Institut za pedagoška istraživanja. ISBN 86-7447-068-8.
17. MILENKOVIĆ, S., 2017. *Duša misli u slikama*. Beograd: Čigoja. ISBN 978-86-531-0288-3.
18. NEZVALOVÁ, D., 2002. *Kvalita v škole*. Olomouc: PFUP. ISBN 80-244-0452-4
19. PETLÁK, E., 2006. *Klíma školy a klíma triedy*. Bratislava: Iris. ISBN 8089018971.
20. POPOVIĆ, Čitić, B., Đurić, S., 2018. *Pozitivna školska klima, elementi, principi i modeli dobre praxe*. Beograd. Fakultet bezbednosti. ISBN 978-86-80144-22-1.
21. PRUCHA, J., Walterová, J., Mareš, J., 1998. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-029-4
22. RUBIN, J., A., 2008. *Prístupy v arteterapii*. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-093-5
23. ROGERS, N., 2011. *The Creative CInnection for Groups*. Siience. ISBN 9780831400958
24. SLÁVIK, J., 1997. *Od výrazu k dialogu ve výchově (teorie a praxe artefietiky)*. Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-437-3.

25. ŠEJTANIĆ, S., 2019. Komunikacija u školi. Mostar: Univerzitet „Džemal Bijedić. ISBN 978-9958-686-12-2.
26. ŠICKOVÁ, Fabrici, J., 2002. *Základy arteterapie*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-408-3
27. ŠICKOVÁ, Fabrici, J., 2006. *Arteterapia v kontexte špeciálnej pedagogiky, dizertačná práca*. Bratislava
28. VÁGNEROVÁ, M., 2012. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0225-7
29. STIBUREK, M., 2000. Arteterapie, artefiletika – podoby, obsah, hranice, role, cíle. In: *Současná arteterapie v České republice a v zahraničí*. Praha : Univerzita Karlova v Praze – Pedagogická fakulta ve spolupráci s Českou arteterapeutickou asociací.
30. SVODOBA, M., Krajčová, D., Vágnerová, M., 2021. *Psychodiagnostika dětí a dospívajících*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1851-7